
UC-NRLF
$B 124 061


SEAL OF THE UNIVERSITY OF CALIFORNIA
LET THERE BE LIGHT
1868



Prijs f 0.50

HET VRAAGSTUK DER SEXUEELE ONTHOUDING

DOOR

HAVELOCK ELLIS

TWEEDE DRUK

De invloed van de traditie. — De theologische voorstelling van wellust. — Neiging van deze invloeden om de sexueele moraal te degradeeren. — Het resultaat ervan voor de vorming van het vraagstuk der sexueele abstinentie. — De protesten tegen sexueele abstinentie. — Sexueele abstinentie en genialiteit. — Sexueele abstinentie bij vrouwen. — De voorstanders van sexueele abstinentie. — Bemiddelende houding. — Onbevredigende resultaten van de geheele discussie. Critiek op het begrip sexueele abstinentie vergeleken met onthouding van voedsel. — Geen volledige analogie. — De moraal van sexueele abstinentie is geheel negatief. — Is het de plicht van den dokter buitenechtelijk geslachtsverkeer aan te raden? — Meeningen van hen die dit al of niet als plicht beschouwen. — De beslissing moet vallen tegen het geven van zulk een raad. — De dokter gebonden door de maatschappelijke en moreele denkbeelden van zijn eeuw. — De dokter als hervormer. — Sexueele abstinentie en sexueele hygiëne. — Alcohol. — De invloed van lichamelijke en geestelijke inspanning. — De ontoereikendheid van de sexueele hygiëne op dit gebied. — De onwerkelijke aard van het begrip sexueele abstinentie. — De noodzakelijkheid het door een meer positief ideaal te vervangen.

BAARN
HOLLANDIA-DRUKKERIJ
1919

HET VRAAGSTUK VAN SEXUEELE ONTHOUDING

De invloed van de traditie. — De theologische voorstelling van wellust. — Neiging van deze invloeden om de sexueele moraal te degradeeren. — Het resultaat ervan voor de vorming van de sexueele abstinentie. — De protesten tegen sexueele abstinentie. — Onthouding en genialiteit. — Sexueele abstinentie bij vrouwen. — De voorstanders van sexueele abstinentie. — De middenrichting. — Onbevredigende resultaten van de geheele discussie. — Critiek op het begrip abstinentie. — Sexueele abstinentie vergeleken met het onthouden van voedsel. — Geen complete analogie. — De moraal van sexueele abstinentie is geheel negatief. — Is het de plicht van den dokter buitenechtelijk geslachtsverkeer aan te raden? — Meeningen van hen, die dezen plicht bevestigen of ontkennen. — De beslissing moet vallen tègen het geven van zulk een raad. — De dokter gebonden door de maatschappelijke en moreele denkbeelden van zijn eeuw. — De dokter als hervormer. — Sexueele abstinentie en sexueele hygiëne. — Alcohol. — De invloed van geestelijke en lichamelijke inspanning. — De ontoereikendheid van de sexueele hygiëne op dit gebied. — De onwerkelijke aard van het begrip sexueele abstinentie. — De noodzakelijkheid om het door een meer positief ideaal te vervangen.

Als wij de zaak beschouwen uit een zuiver abstract of zelfs zuiver biologisch gezichtspunt dan zou het kunnen schijnen, dat wij, door te beslissen, dat ascetisme en kuischheid van hooge waarde zijn voor het persoonlijke leven, alles gezegd hebben, wat er te zeggen valt. Dat is echter op verre na het geval niet. Wij bemerken hier, evenals bij ieder punt in de praktische toepassing van sexueele psychologie, dat het niet voldoende is langs biologische lijnen den weg te bepalen, die in abstracten zin de rechte is. Wij moeten onze biologische eischen in harmonie brengen met maatschappelijke eischen. Wij worden beheerscht niet alleen door natuurlijke instincten, maar door geërfde tradities, die in het verre verleden stevig gebaseerd waren op begrijpelijke gronden, en die zelfs nu nog, door het enkele feit van hun bestaan, een macht uitoefenen, die we niet kunnen en niet mogen voorbijzien.

Toen we de waarde van den sexueelen impuls bespraken, hebben wij bevonden, dat wij alle reden hadden, liefde zeer hoog te

schatten. Bij het bespreken van kuischheid en ascese vonden we, dat ook deze zeer hoog geschat moeten worden. En wij hebben gezien, dat hier geen contradictie in opgesloten ligt; integendeel, dat liefde en kuischheid in al hun fijnste ontwikkelingen zijn samengegroeid, en dat er dus een volkomen harmonie is in een schijnbare tegenspraak. Maar als wij de zaak in bijzonderheden beschouwen, in haar speciale persoonlijke toepassingen, dan zien wij, dat een nieuwe factor zich doet gelden. Wij bemerken, dat onze geërfde maatschappelijke en godsdienstige tradities een druk uitoefenen, geheel aan één zijde, die het onmogelijk maakt de verhoudingen van liefde en kuischheid op de basis van biologie en rede alleen te stellen. Aan den eenen kant hebben deze tradities het woord „lust" — beschouwd als uitdrukking gevend aan al de uitingen van den sexueelen impuls, die buiten het huwelijk liggen of die niet het huwelijk als hun direct en zichtbaar doel hebben — belast met geringschattende en sinistere beteekenissen. En aan den anderen kant hebben deze tradities het probleem geschapen van „sexueele abstinentie", dat niets te maken heeft met ascetisme of met kuischheid, zooals deze in het vorige hoofdstuk gedefiniëerd zijn, maar dat alleen den zuiver negatieven druk op den sexueelen impuls bedoelt, die, onafhankelijk van de wenschen van het individu, door zijn godsdienstige en maatschappelijke omgeving wordt uitgeoefend.

De theologische opvatting van „lust" of „libido" als zonde, volgde logisch op de oud-Christelijke opvatting van het „vleesch", en werd onvermijdelijk, zoodra die opvatting algemeen was geworden. Niet alleen hadden de oud-Christelijke idealen een kleineerenden invloed op de waardeering van het sexueel verlangen per se, maar zij hadden neiging de waardigheid van de sexueele verhouding in discrediet te brengen. Als een man een vrouw buiten huwelijk sexueel naderde, en haar daardoor binnen den verachten kring van „wellust" bracht, dan bracht hij haar nadeel toe, omdat hij afbreuk deed aan haar godsdienstige en moreele waarde [1]. De eenige wijze, waarop hij de aangerichte schade kon goed maken, was haar geld te betalen of een gedwongen en daardoor waarschijnlijk ongelukkig huwelijk met haar aan te gaan. Dat wil zeggen, dat sexueele verhoudingen door de kerkelijke tradities op een pecuniaire basis geplaatst waren, op hetzelfde niveau als prostitutie. Door haar welgemeende pogingen om de theologische moraal, die zich op een ascetische basis ontwikkeld had, te steunen,

---

[1]) Dit gezichtspunt was een dubbelzinnige verbetering van de opvatting, die, zooals Westermarck heeft aangetoond, onder primitieve volken algemeen heerschte, n.l. deze, dat de sexueele daad een vrouw alleen vernedert en haar waarde vermindert, in zooverre zij het eigendom is van een ander persoon, die de werkelijk benadeelde persoon is.

ondermijnde de kerk dus feitelijk zelf dien vorm van sexueele verhouding, dien zij heiligde.

Gregorius de Groote vaardigde het bevel uit, dat hij, die een meisje verleidde, mét haar trouwen moest, of, in geval van weigering, lichamelijk streng gestraft moest worden en in een klooster opgesloten om boete te doen. Volgens andere kerkelijke regels werd van hem, die een meisje verleid had, zelfs indien hij in het geheel niet verantwoordelijk gesteld werd door een civielen rechtbank, gevergd, dat hij haar zou trouwen, of een echtgenoot voor haar vinden en haar een bruidsschat verschaffen. Zulke regels hadden hun goede zijde en waren vooral billijk, als het verleiden door bedrog was geschied. Maar zij droegen er in ruime mate toe bij om alle kwesties van sexueele moraal ondergeschikt te maken aan een geldkwestie. De vergoeding aan de vrouw werd ook daardoor zeer noodig, omdat de kerkelijke opvatting van wellust haar waarde deed verminderen door aanraking met dien wellust, en de vergoeding als een deel van de boete kon gelden. Aquino was van meening, dat wellust, in hoe geringe mate ook, een doodzonde was, en de meeste van de meer invloedrijke theologen namen een bijna zoo streng, zoo al niet even streng standpunt in. Sommigen meenden echter, dat een zekere mate van genot op dit gebied mogelijk is zonder doodzonde, of verzekerden bij voorbeeld, dat het voelen van de aanraking van een zachte en warme hand geen doodzonde is, zoolang daardoor geen sexueel gevoelen wordt opgewekt. Anderen meenden echter, dat zulke onderscheidingen niet mogelijk zijn en dat alle genoegens van deze soort zondig zijn. Tomás Sanchez trachtte regels te maken voor de gecompliceerde problemen van genot, die op deze wijze ontstonden, maar hij was gedwongen toe te geven, dat geen regels werkelijk mogelijk zijn, en dat zulke zaken overgelaten moeten worden aan het oordeel van een voorzichtig man. Op dit punt houdt het sophisme op te bestaan en het moderne gezichtspunt komt voor den dag (zie b.v. Lea, *History of Auricular Confession*, deel II, blz. 57, 115, 246, etc.).

Zelfs nu nog leeft de invloed van de oude tradities der Kerk onbewust onder ons voort. Dat is onvermijdelijk bij godsdienstonderwijzers, maar ook bij mannen van wetenschap, zelfs in Protestantsche landen, is die invloed merkbaar. Het resultaat is, dat geheel tegenstrijdige dogma's naast elkaar voorkomen, zelfs bij denzelfden schrijver. Aan den eenen kant worden de uitingen van den sexueelen impuls nadrukkelijk veroordeeld als zoowel onnoodig als slecht; aan den anderen kant wordt het huwelijk, dat fundamenteel (wat het verder ook wezen moge) een uiting is van den sexueelen impuls, evenzeer met nadruk goedgekeurd als de eenige moreele vorm van leven [1]). Er kan geen redelijke twijfel bestaan, dat het de overlevende en doordringende invloed is van de oude traditioneele theologische opvatting van *libido*, waaraan wij voor een groot deel het enorme verschil van meeningen onder medici moeten toeschrijven over de kwestie van sexueele abstinentie, en de overigens onnoodige scherpte, waarmee deze meeningen somtijds worden geuit.

Aan de eene zijde vinden wij de nadrukkelijke bewering, dat

[1]) Op deze ingewikkelde tegenstrijdigheid is van godsdienstige zijde fijn gewezen door den Rev. H. Northcote, *Christianity and Sex Problems*, p. 53.

sexueele omgang noodig is en dat de gezondheid niet kan in stand blijven tenzij de sexueele werkzaamheden geregeld uitgeoefend worden.

„Alle deelen van het lichaam, die ontwikkeld zijn voor een bepaald doel, worden alleen gezond, en in het genot van een flinken groei en van een lange jeugd gehouden door het vervullen van dat gebruik, en door hun gepaste oefening in de werkzaamheid waaraan zij gewend zijn". In die bewering, die voorkomt in de groote verhandeling van Hippocrates „On the Joints", hebben wij de klassieke uitdrukking van de leer, die in altijd veranderende vormen onderwezen is door allen, die tegen sexueele abstinentie geprotesteerd hebben. Als wij komen tot de zestiende eeuwsche opkomst van het Protestantisme, vinden wij, dat Luther's opstand tegen het Catholicisme voor een deel een protest tegen de leer der sexueele abstinentie was. „Hij, aan wien de gave van zelfbeheersching niet gegeven is", zeide hij in zijn *Tafelrede*, „zal niet kuisch worden door vasten en nachtwaken. Wat mij betreft, ik werd niet bovenmatig gekweld (hoewel hij elders spreekt van de groote vuren van wellust, waardoor hij verontrust werd), maar toch, hoe meer ik mij kastijdde, des te vuriger werd ik". En driehonderd jaar later nam Bebel, de would-be Luther van de negentiende eeuw van een ander soort Protestantisme, dezelfde houding jegens de sexueele abstinentie aan, terwijl Hinton, de medicus en philosoof, levend in een land van streng sexueel conventionalisme en sexueele preutschheid, door een warme sympathie met het lijden, dat hij om zich heen zag, bewogen, in hartstochtelijk sarcasme losbrak, telkens als hij met de leer der sexueele abstinentie in aanraking kwam. „Er zijn onnoemelijk veel kwalen — verschrikkelijke kwellingen, zelfs krankzinnigheid, de verwoesting van levens — waarvoor de omhelzing van man en vrouw het geneesmiddel zou zijn. Niemand denkt er aan het in twijfel te trekken. Afschuwelijke kwalen en een geneesmiddel in een genoegen en genot! En de mensch heeft verkozen zoo zijn leven te verknoeien, dat hij zeggen moet: „Daar, dat zou een geneesmiddel zijn, maar ik kan het hier niet gebruiken. *Ik moet deugdzaam zijn!*"

Als wij ons beperken tot moderne tijden en tot tamelijk preciese medische opgaven, dan vinden we in Schurig's *Spermatologia* (1720, blz. 274 *et seq.*), niet alleen een bespreking van de voordeelen van een matigen sexueelen omgang voor een aantal gezondheidsstoornissen, zooals door beroemde autoriteiten getuigd wordt, maar ook een lijst van gevolgen — anorexia, krankzinnigheid, impotentie, epilepsie, zelfs dood er onder begrepen — die men meende, dat voortkwamen uit sexueele abstinentie. Dit uiterste standpunt van de mogelijke nadeelen van sexueele abstinentie schijnt een deel te zijn geweest van de tradities van de Renaissance in de geneeskunde, aangewakkerd door een zekere oppositie tusschen godsdienst en kennis. Het werd nog krachtig staande gehouden door Lallemand, in het begin van de negentiende eeuw. Daarna

werden de medische opgaven over de slechte gevolgen van sexueele abstinentie meer gematigd, hoewel ze dikwijls nog uitgesproken werden. Zoo meent Gyurkovechly, dat deze gevolgen even ernstig kunnen zijn als die van sexueele uitspatting. Krafft-Ebing toonde aan, dat sexueele abstinentie een toestand van algemeene nerveuse opwinding kon te voorschijn roepen (*Jahrbuch für Psychiatrie*, Bd. VIII, Heft 1 en 2). Schrenck-Notzing beschouwt sexueele abstinentie als een oorzaak van uiterste sexueele overgevoeligheid en van verschillende perversies (in een hoofdstuk over sexueele abstinentie in zijn *Kriminalpsychologische und Psychopathologische Studien*, 1902, pp. 174 178). Hij vermeldt, ter verduidelijking, het geval van een man van zes en dertig jaar, die als jongen matig gemasturbeerd had, maar die twintig jaar geleden de gewoonte op moreele gronden geheel liet varen, en die nooit sexueelen omgang gehad heeft; hij was er trotsch op, dat hij het huwelijk zou ingaan als een kuisch man, maar heeft nu jaren lang geleden aan sexueele overgevoeligheid, terwijl zijn gedachten voordurend op sexueele onderwerpen geconcentreerd waren, ondanks een sterken wil en het besluit om niet te masturbeeren of zich aan ongeoorloofden omgang over te geven. In een ander geval lijdt een krachtig en gezond man, die niet geïnverteerd is en sterke sexueele wenschen heeft, en die kuisch bleef tot zijn huwelijk, aan psychische impotentie, en zijn vrouw blijft maagd ondanks al haar liefde en haar liefkoozingen. Ord meende, dat sexueele abstinentie vele kleinere bezwaren in het leven kon roepen. „De meesten van ons", schreef hij (*British Medical Journal*, Aug. 2, 1884) „zijn ongetwijfeld geraadpleegd door mannen, die, kuisch in daden, door sexueele opwinding geplaagd worden. Zij vertellen u verhalen van lang aanhoudende, plaatselijke sexueele opwinding, gevolgd door intense vermoeidheid in de spieren, of door hevige pijn in den rug en de beenen. Bij sommigen heb ik klachten gehoord over opzwellen en stijfheid van de beenen, en over pijnen in de lendenen en gewrichten, vooral in de knieën"; hij vertelt het geval van een man, die na lange kuischheid leed aan ontsteking van de knieën en die door het huwelijk genezen werd. Pearce Gould, mogen we er aan toevoegen, merkt op, dat „bovenmatige onbevredigde sexueele begeerte" een van de oorzaken is van acute orchitis. Remondino „Some Observations on Continence as a Factor in Health and Disease", (*Pacific Medical Journal*, Jan., 1900) vermeldt het geval van een man van bijna zeventig jaar, die gedurende een langdurige ziekte van zijn vrouw, leed aan veel voorkomende en hevig priapisme, dat slapeloosheid veroorzaakte. Hij was er zeker van, dat zijn bezwaren niet voortkwamen uit zijn zelfbeheersching, maar alle behandeling bleef zonder succes en er waren geen spontane emissies. Ten slotte raadde Remondino hem aan om, zooals hij het uitdrukte, „Salomo na te volgen". Hij deed het en al de symptomen verdwenen in eens. Dit geval is van bijzonder belang, omdat de symptomen niet vergezeld waren van eenig bewust sexueel verlangen. Het wordt niet langer algemeen geloofd, dat sexueele abstinentie soms tot krankzinnigheid kan leiden, en men zal opmerken dat de nu en dan voorkomende gevallen, waarin voortgezet en intens sexueel verlangen bij jonge vrouwen gevolgd wordt door krankzinnigheid, alleen voorkomen op een basis van erfelijke degeneratie. Vele autoriteiten meenen echter, dat kleinere geestelijke stoornissen, van een min of meer vaag karakter, zoowel neurasthenie als hysterie, dikwijls voortkomen uit sexueele abstinentie. Zoo vindt Freud, die zorgvuldig de angst-neurose, de obsessie van angst bestudeerd heeft, dat zij een gevolg is van sexueele abstinentie, en dat zij inderdaad beschouwd mag worden als een uiting van zulke abstinentie (Freud, *Sammlung Kleiner Schriften zur Neurosenlehre*, 1906, blz. 76 *et seq.*).

Het geheele onderwerp van de sexueele abstinentie is in den breede besproken door Nyström, uit Stockholm, in *Das Geschlechtsleben und seine Gesetze*, hoofdst. III. Hij komt tot het besluit, dat het wenschelijk is, dat zelfbeheersching beoefend wordt, zoolang het mogelijk is, om de physieke gezondheid te versterken en het verstand en het karakter te ontwikkelen. De leer van voort-

durende sexueele abstinentie beschouwt hij echter als geheel valsch, behalve in het geval van een klein aantal godsdienstig en philosofisch aangelegde personen. „Volkomen abstinentie gedurende een lange periode van jaren kan niet verdragen worden zonder ernstige gevolgen te hebben, zoowel voor het lichaam als voor den geest.... Zeker, een jonge man moet zijn sexueele impulsen zoolang mogelijk terugdringen en alles vermijden wat kunstmatig als een sexueele prikkel kan werken. Als hij dat echter gedaan heeft, en hij lijdt nog aan onbevredigde normale sexueele begeerten, en als hij geen mogelijkheid ziet binnen afzienbaren tijd te trouwen, dan mag niemand zeggen dat hij zonde doet, als hij met wederzijdsch goedvinden in sexueele betrekkingen treedt met een vriendin, of tijdelijke sexueele betrekkingen aanknoopt, mits hij namelijk de fatsoenlijke voorzorg neemt geen kinderen te krijgen, tenzij zijn deelgenoot nadrukkelijk wenscht moeder te worden, en hij bereid is al de verantwoordelijkheden van het vaderschap op zich te nemen". In een artikel van later datum („Die Einwirkung der Sexuellen Abstinenz auf die Gesundheit", *Sexual-Probleme*, Juli, 1908) zet Nyström op krachtige wijze zijn gezichtspunten uiteen. Hij noemt onder de gevolgen van sexueele abstinentie orchitis, veel voorkomende onwillekeurige zaaduitstortingen, impotentie, depressie, en een groote menigte nerveuse stoornissen van een vager karakter, daar onder begrepen verminderd vermogen om te werken, beperkte levensvreugde, slapeloosheid, nerveusheid, en het vervuld zijn van sexueele verlangens en voorstellingen. Meer speciaal noemt hij verhoogde sexueele prikkelbaarheid met erecties, of zaaduitstortingen bij de minste aanleiding, zooals bij het kijken naar een aantrekkelijke vrouw of in het maatschappelijk verkeer met haar of in tegenwoordigheid van kunstwerken, die naakte figuren voorstellen. Nyström heeft de gelegenheid gehad te onderzoeken en te vermelden negentig gevallen van personen, die deze en soortgelijke symptomen vertoond hebben, naar hij meent, als het resultaat van sexueele abstinentie. Hij heeft sommige van deze gevallen gepubliceerd (*Zeitschrift für Sexualwissenschaft*, Oct., 1908), maar we kunnen er aan toevoegen, dat Rohleder („Die Abstinentia Sexualis", *ib.*, Nov., 1908) deze gevallen gecritiseerd heeft en twijfelt of eenige daarvan afdoende zijn. Rohleder meent, dat de slechte gevolgen van sexueele abstinentie nooit duurzaam zijn, en ook, dat geen anatomische pathologische toestanden (zooals orchitis) er door veroorzaakt kunnen worden. Maar hij meent toch, dat zelfs onvolledige en tijdelijke sexueele abstinentie tamelijk ernstige gevolgen kan hebben, en vooral neurasthenische stoornissen van verschillenden aard, zooals nerveuse prikkelbaarheid, angst, depressie, ongeschiktheid om te werken; ook emissies bij dag, vroegtijdige ejaculaties, en zelfs een staat, die grenst aan satyriasis; en bij vrouwen hysterie, hystero-epilepsie, en nymphomaniacale uitingen; al deze symptomen kunnen echter, naar mijn meening, genezen, als de abstinentie ophoudt.

Vele voorstanders van sexueele abstinentie hebben gewicht gehecht aan het feit, dat mannen van groote genialiteit schijnbaar volkomen zelfbeheerscht zijn geweest, hun geheele leven door. Dit is zeker waar (zie boven, p. 173). Maar dit feit kan nauwelijks aangehaald worden als een argument ten gunste van de voordeelen van sexueele abstinentie onder de gewone bevolking. J. F. Scott kiest Jezus uit, Newton, Beethoven en Kant als „mannen van kracht en scherpzinnigheid, die kuisch geleefd hebben als jonggezellen". We kunnen echter niet zeggen, dat Dr. Scott gelukkig geweest is in de vier figuren, die hij heeft uitgekozen uit de geheele geschiedenis van het menschelijk genie als voorbeelden van levenslange sexueele abstinentie. Wij weten van Jezus weinig met absolute zekerheid, en zelfs als wij de diagnose verwerpen, die Professor Binet-Sanglé (in zijn *Folie de Jesus*) opgebouwd heeft uit een nauwkeurige studie van de Evangeliën, zijn er vele redenen, waarom wij ons moeten onthouden van het leggen van den nadruk op het voorbeeld van zijn sexueele abstinentie; Newton was, afgezien van zijn machtig genie op een speciaal gebied, een onvolkomen en onbevredigend mensch, die ten slotte in

een toestand kwam, die zeer veel had van krankzinnigheid; Beethoven was een door en door ziekelijk en ziek man, die een intens ongelukkig leven leidde; Kant was van het begin tot het einde een zwakke zieke. Het zou waarschijnlijk moeilijk wezen een gezond, normaal man te vinden, die vrijwillig het leven zou aannemen, dat geleid werd door een van deze vier, zelfs tot den prijs van hun roem. J. A. Godfrey (*Science of Sex*, pp. 139—147) bespreekt in den breede de kwestie, of sexueele abstinentie gunstig is voor gewone intellectueele kracht en hij beslist dat zij dat niet is, en dat we voor den normaal ontwikkelden man geen gevolgtrekking kunnen maken uit de nu en dan voorkomende sexueele abstinentie van mannen van genie, die dikwijls abnormaal aangelegd en physiek beneden het middelmatige zijn. Sexueele abstinentie is in het geheel niet altijd een gunstig teeken, mogen we er aan toevoegen, zelfs bij mannen, die intellectueel boven het middelmatige zijn. „Ik heb niet den indruk gekregen", merkt Freud op (*Sexual-Probleme*, Maart, 1908), „dat sexueele abstinentie nuttig is voor energieke en onafhankelijke mannen van de daad of voor oorspronkelijke denkers, voor moedige bevrijders en hervormers. Het sexueele gedrag van een mensch is dikwijls het symbool van zijn geheele wijze van reageeren in de wereld. Van den man, die energiek het voorwerp van zijn sexueele begeerte neemt, mogen wij verwachten dat hij een dergelijke onvermoeibare energie zal vertoonen bij het streven naar andere doeleinden".

Velen, hoewel niet allen, die ontkennen, dat voortgezette sexueele abstinentie onschadelijk is, nemen vrouwen in deze bewering op. Er zijn inderdaad eenige autoriteiten die meenen, dat, hetzij eenig bewust sexueel verlangen aanwezig is of niet, sexueele abstinentie minder gemakkelijk verdragen wordt door vrouwen dan door mannen.

Cabanis zeide, in 1802, in zijn beroemd en vooruitstrevend werk, *Rapports du Physique et du Moral*, dat vrouwen niet alleen sexueel exces gemakkelijker verdragen dan mannen, maar dat zij onder sexueele ontberingen meer lijden, en een zorgvuldig en ervaren onderzoeker van den tegenwoordigen tijd, Löwenfeld, (*Sexualleben und Nervenleiden*, 1899, p. 53), hoewel hij niet meent, dat normale vrouwen sexueele abstinentie minder gemakkelijk verdragen dan mannen, voegt er bij, dat dit niet het geval is met vrouwen van een neuropatischen aanleg, die uit deze oorzaak veel meer lijden, en die òf masturbeeren als sexueele omgang onmogelijk is, of in hystero-neurasthenische toestanden vervallen. Busch zegt (*Das Geschlechtsleben des Weibes*, 1839, deel I, blz. 69, 71), dat niet alleen de werking van de sexueele functies in het organisme bij vrouwen sterker is dan bij mannen, maar dat de slechte gevolgen van sexueele abstinentie duidelijker merkbaar zijn bij vrouwen. Sir Benjamin Brodie heeft lang geleden gezegd, dat de nadeelen van zelfbeheersching voor vrouwen misschien grooter zijn dan die van onmatigheid, en in den tegenwoordigen tijd zegt Hammer (*Die Gesundheitlichen Gefahren der Geschlechtlichen Enthaltsamkeit*, 1904) dat, om gezondheidsredenen sexueele abstinentie aan vrouwen niet meer moet aangeraden worden dan aan mannen. Nyström is van dezelfde meening, hoewel hij verklaart, dat vrouwen sexueele abstinentie beter verdragen dan mannen; hij heeft deze speciale kwestie in den breede besproken in een hoofdstuk van zijn *Geslechtsleben und seine Gesetze*. Hij is het eens met den ervaren Erb, dat een groot aantal volkomen kuische vrouwen van hoog karakter, die in het bezit zijn van uitmuntende eigenschappen van geest en hart, min of meer ongesteld zijn door sexueele abstinentie; dit is vooral dikwijls het geval met vrouwen, die getrouwd zijn met impotente mannen, hoewel het meestal niet vóór den leeftijd van dertig jaar is, dat, zooals Nyström opmerkt, vrouwen zich van haar sexueele behoeften duidelijk bewust worden.

Een groot aantal vrouwen, die gezond, kuisch en ingetogen zijn, gevoelen bij tijden zulk een machtig sexueel verlangen, dat zij nauwelijks de verzoeking kunnen weerstaan de straat op te gaan en den eersten den besten man, dien zij tegen komen, te vragen. Niet weinige van zulke vrouwen, dikwijls van goeden huize, bieden zich inderdaad aan aan mannen, die ze misschien maar weinig kennen. Routh vermeldt zulke gevallen (*British Gynaecological Journal*, Febr. 1887), en de meeste mannen hebben te eeniger tijd dergelijke vrouwen ontmoet. Als een vrouw van hoog moreel karakter en sterke hartstochten voor een zeer langen tijd aan den voortdurenden druk van zulk sexueel verlangen onderworpen wordt, vooral als dit samengaat met liefde voor een bepaald persoon, dan kan er een reeks van slechte, physieke en moreele gevolgen optreden. Vele beroemde medici hebben zulke gevallen vermeld, die plotseling in volkomen herstel eindigden, zoodra de hartstocht bevredigd werd. Lauvergne beschreef lang geleden een dergelijk geval. Een tamelijk typisch geval van deze soort werd in bijzonderheden medegedeeld door Brachet, (*De l'Hypochondrie*, p. 69) en door Griesinger samengevat in zijn klassieke werk over „Mental Pathology". Het betrof een gezonde gehuwde dame van zes en twintig jaar, die drie kinderen had. Een kennis, die haar bezocht, won haar liefde, maar zij bood ernstig weerstand aan den verleidenden invloed en verborg den hevigen hartstocht, dien hij in haar gewekt had. Verschillende ernstige, physieke en geestelijke symptomen begonnen zich langzamerhand te vertoonen, en er traden verschijnselen op, die op tering wezen. Een verblijf van zes maanden in het zuiden van Frankrijk bracht geen verbetering in den lichamelijken of geestelijken toestand. Toen ze thuis kwam, werd ze nog erger. Daar ontmoette zij het voorwerp van haar hartstocht weer, zij bezweek, verliet haar echtgenoot en kinderen, en vluchtte met hem. Zes maanden later was zij onherkenbaar: schoonheid, frischheid en gevuldheid hadden de plaats ingenomen van dorheid en magerheid; terwijl de symptomen van tering en alle andere bezwaren geheel verdwenen waren. Een eenigszins hierop gelijkend geval wordt vermeld door Camill Lederer, uit Weenen (*Monatsschrift für Harnkrankheiten und Sexuelle Hygiene*, 1906, aflevering 3). Een weduwe begon eenige maanden na den dood van haar echtgenoot te kuchen, met symptomen van longcatarrh, maar geen bepaalde teekenen van longlijden. Behandeling en verandering van klimaat bleken geheel onvoldoende een verbetering te weeg te brengen. Twee jaren later trouwde ze weer, daar er geen teekenen van ongesteldheid in de longen verschenen waren, hoewel de symptomen voortduurden. Binnen zeer enkele weken waren alle symptomen verdwenen en was zij volkomen frisch en gezond.

Talrijke beroemde gynaecologen hebben als hun overtuiging vermeld, dat sexueele opwinding een geneesmiddel is voor verschillende ongesteldheden in de sexueele organen van vrouwen, en dat abstinentie een oorzaak is van zulke ongesteldheden. Matthews Duncan zeide, dat sexueele opwinding het eenige geneesmiddel is voor amenorrhoea; het eenig menstruatie-bevorderend geneesmiddel, dat ik ken", schreef hij (*Medical Times*, Febr. 2, 1884), „wordt niet gevonden in de Pharmacopae: het is erotische opwinding. Er is geen twijfel aan de waarde van erotische opwinding". Anstie verwijst in zijn werk over *Neuralgia*, naar het weldadige gevolg van sexueelen omgang op dysmenorrhoë, en hij maakt de opmerking, dat de noodzakelijkheid van de volle natuurlijke uitoefening van de sexueele functie blijkt uit de groote verbetering in zulke gevallen na het huwelijk, en vooral na de geboorte van een kind. (Wij moeten opmerken, dat niet alle autoriteiten dysmenorrhea verbeterd vinden door het huwelijk; sommige meenen, dat de kwaal er dikwijls door verergerd wordt; zie, b.v., Wythe Cook, *American Journal Obstetrics*, Dec., 1893). De beroemde gynaecoloog Tilt noemde al vroeger, met nadruk (*On Uterine and Ovarian Inflammation*, 1862. blz. 309), de slechte gevolgen van sexueele abstinentie, doordat ze prikkeling en misschien eenigszins acute ontsteking van de ovariën te voorschijn roepen, en hij merkt op, dat ze vooral veel

voorkomen bij jonge weduwen en bij prostituées, die in verbeteringsgestichten geplaatst worden. Intens verlangen, merkte hij op, veroorzaakt organische bewegingen, gelijkende op de bewegingen, die noodig zijn voor de bevrediging van de begeerte. Deze brandende verlangens, die alleen maar gedoofd kunnen worden door hun wettige bevrediging, worden nog verder verhoogd door den erotischen invloed van gedachten, boeken, schilderijen, muziek, die dikwijls sexueel nog meer prikkelend zijn dan vleeschelijke omgang met mannen, maar de opwinding, die zoo te voorschijn geroepen wordt, wordt niet verlicht door dien natuurlijken terugval, die op iedere levensaanzwelling zou moeten volgen. Nadat hij gewezen heeft op de biologische feiten, die de uitwerking aantoonen van psychische invloeden op de ontwikkelingskracht van de vrouwelijke geslachtsorganen bij dieren, gaat Tilt voort: „Ik mag hieruit gerust besluiten, dat dergelijke prikkels op den geest van vrouwen een opwekkende uitwerking kunnen hebben op de ovulatie-organen. Ik weet herhaaldelijk van menstruatie, die in den verlovingstijd onregelmatig, overvloedig of abnormaal was bij vrouwen, bij wie niets dergelijks te voren was voorgekomen; dit maakte dan de behandeling van chronische ovaritis en van ontsteking van den uterus noodzakelijk". Bonnifield, van Cincinati (*Medical Standard*, Dec., 1896) meent, dat onbevredigde sexueele begeerte een belangrijke oorzaak is van catarrhale endometritis. Het is wel bekend, dat gezwellen van den uterus in een zekere betrekking staan tot de organische sexueele activiteit, en dat sexueele abstinentie, voornamelijk de lang voortgezette ontbering van zwangerschap, een zeer belangrijke oorzaak is van de kwaal. Dit wordt bevestigd door een analyse van A. E. Giles (*Lancet*, Maart 2. 1907) van honderd vijftig gevallen. Zes en vijftig van deze gevallen, meer dan een derde, waren ongetrouwde vrouwen, hoewel ze bijna alle over de dertig jaar oud waren. Van de vier en negentig getrouwde vrouwen, waren vier en dertig nooit zwanger geweest; van haar, die zwanger geweest waren, waren zes en dertig niet zwanger geweest in de laatste tien jaar. Zoo waren acht en veerig percent òf nooit zwanger geweest, òf ze waren ten minste de laatste tien jaar niet zwanger geweest. Het blijkt dus duidelijk, dat verhindering van de sexueele functie, hetzij die abstinentie van sexueelen omgang met zich brengt of niet, een belangrijke oorzaak is van fibroide uterusgezwellen. Balls-Headley, uit Victoria, (*Evolution of the Diseases of Women*, 1894, en „Etiology of Diseases of Female Genital Organs", Allbutt en Playfair, *System of Gynaecology*), meent, dat onbevredigd, sexueel verlangen een factor is bij zeer vele ongesteldheden van de sexueele organen bij vrouwen. „Mijn meeningen", schrijft hij in een particulieren brief, „berusten op een zeer speciaal gynaecologische praktijk gedurende twintig jaar, in welken tijd ik zeven duizend diagnosen bizonder zorgvuldig heb opgemaakt. De normale vrouw is sexueel goed gevormd en haar sexueele gevoelens eischen bevrediging door het voortbrengen van het volgende geslacht, maar onder de beperkende en vooral nu abnormale omstandigheden van de beschaving ondergaan sommige vrouwen erfelijke atrophie, en zijn de uterus en de sexueele gevoelens zwak; bij anderen van gemiddelde goede locale ontwikkeling staat het gevoel onder druk; bij weer anderen zijn de gevoelens zoowel als de organen sterk en als normaal gebruik onthouden wordt, komen er verkeerde gevolgen. Als wij deze vele verscheidenheden van aangeboren ontwikkeling wat de verschillende toestanden van maagdelijkheid, steriel of vruchtbaar huwelijk betreft, in gedachte houden, dan dringt zich de wijze van ontstaan en de ontwikkeling der ziekte aan den geest van den medicus op, en er is voor hem niet meer aanleiding tot verwondering, dan er is voor den wiskunstenaar, die de kegelsneden bestudeert, als hij de grondslagen ervan heeft leeren kennen. Het vraagstuk is opgeworpen: Zijn een aantal niet met elkander verband houdende vrouwenziekten uit de lucht komen vallen, of zijn deze kwalen noodzakelijkerwijze een gevolg van de omstandigheden eener onnatuurlijke levenswijze?" We kunnen er aan toe voegen, dat Kish *(Sexual Life of Woman)*, die toch tegen iedere overdreven waardeering van de gevolgen van sexueele

abstinentie protesteert, meent, dat ze bij vrouwen niet alleen vele plaatselijke ongesteldheden, maar ook nerveuse stoornis, hysterie, en zelfs krankzinnigheid ten gevolge kan hebben, terwijl bij neurasthenische vrouwen „geregelde sexueele omgang een actief weldadige uitwerking heeft, die dikwijls opvallend is".

Het is van belang op te merken, dat de slechte gevolgen van sexueele abstinentie bij vrouwen, naar de meenidg van hen, die op het belang er van den nadruk leggen, in het geheel niet alleen te wijten zijn aan onbevredigde sexueele begeerte. Zij kunnen aanwezig zijn, zelfs als de vrouw zelf niet het minste bewustzijn heeft van sexueele behoeften. Dit werd veertig jaar geleden duidelijk aangetoond door den scherpzinnigen Anstie (*op cit.)*. Bij vrouwen vooral, merkt hij op, „schijnt een zekere rustelooze overgroote werkzaamheid van geest, en misschien van het lichaam ook, de uiting te zijn van den onbewusten wrok der natuur over de *verwaarloozing der sexueele functies*". Zulke vrouwen, voegt hij er bij, hebben zich vrij gehouden van masturbatie „ten koste van een voortdurende en bijna woeste werkzaamheid van geest en spieren". Anstie had opgemerkt, dat sommige van de ergste gevallen van nervositeit en neurasthenie, die hij „spinale prikkeling" noemde, dikwijls samengaande met een gevoelige maag en bloedarmoede, beter worden met het huwelijk. „Het kan niet ontkend worden", gaat hij voort, „dat een zeer groot aantal van deze gevallen bij ongetrouwde vrouwen (die verreweg het grootste getal vormen van lijderessen aan ruggemergsprikkeling) voortkomen uit deze bewuste of onbewuste prikkeling, die onderhouden wordt door een onbevredigde sexueele behoefte. Het is zeker, dat zeer veel jonge menschen (vooral vrouwen) geplaagd worden door de prikkeling van de sexueele organen zonder ook maar de minste bewustheid te hebben van sexueele begeerte, en dat zij het treurig schouwspel opleveren van een mislukt leven zonder ooit de ware reden te kennen van het ongeluk, dat hen ongeschikt maakt voor al de actieve plichten van het leven. Het is een opmerkelijk feit, dat er zelfs voorbeelden zijn kunnen van twee zusters, die dezelfde soort van nerveuzen aanleg geërfd hebben, beiden geplaagd door de verschijnselen van ruggemergsprikkeling en beiden waarschijnlijk lijdende door teruggedrongen sexueele functies, maar waarvan de eene rein van geest kan zijn en volkomen onbewust van de werkelijke oorzaak van haar moeilijkheden, terwijl de andere een slachtoffer is van bewuste en vruchtelooze sexeeele prikkeling". In deze zaak kan Anstie beschouwd worden als een voorlooper van Freud, die met groote fijnheid en ontledingskracht de leer ontwikkeld heeft van den overgang van teruggedrongen sexueel instinct bij vrouwen in ziekelijke toestanden. Hij meent, dat de nervositeit van tegenwoordig voor een groot gedeelte te wijten is aan de nadeelige werking op het sexueele leven van dat terugdringen van natuurlijke instincten, waarop onze beschaving opgebouwd is. (Misschien kan men de duidelijkste korte opsomming van de ideeën van Freud over deze kwestie vinden in een zeer suggestief artikel, „Die Kulturelle Sexualmoral und die Moderne Nervosität", in *Sexual-Probleme*, Maart 1908, herdrukt in de tweede serie van de *Samlung Kleiner Schriften zu Neurosenlehre*, 1909). Wij bezitten de geschiktheid, zegt hij, onze sexueele activiteiten te sublimeeren of te veranderen in andere activiteiten van een psychisch daarmee verwant, maar niet-sexueel karakter. Dit proces kan echter niet uitgevoerd worden in een onbegrensde mate, evenmin als de verandering van warmte in mechanisch werk in onze machines. Een zekere mate van directe sexueele bevrediging is voor de meeste gestellen noodzakelijk en de verzaking van deze individueel verschillende mate wordt gestraft met verschijnselen, die wij wel als ziekelijk moeten beschouwen. Het proces van het sublimeeren leidt, onder den invloed van de beschaving, tot sexueele perversies en psycho-neuroses beide. Deze twee toestanden staan nauw met elkaar in verband, wat blijkt uit de wijze, waarop Freud het proces van hun ontwikkeling beschouwt; zij staan tot elkaar als positief en negatief, en dan zijn sexueele perversies de positieve pool en psycho-neurosen de negatieve. Het gebeurt dikwijls, merkt hij op, dat een broeder sexueel pervers

kan zijn, terwijl zijn zuster met een zwakker sexueel temperament, een zenuwlijderes is, wier symptomen een wijziging zijn van de perversies van den broeder; terwijl in veel families de mannen immoreel zijn en de vrouwen rein en verfijnd, maar zwaar nerveus. Die vrouwen, die geen tekort aan sexueele impuls hebben, lijden toch onder denzelfden druk van de beschaafde moraal, die ze in neurotische toestanden drijft. Het is een zeer ernstige onbillijkheid, merkt Freud op, dat de standaard der beschaving voor het sexueel leven dezelfde is voor alle menschen, omdat, hoewel sommigen hem, door hun gestel, gemakkelijk kunnen aannemen, hij voor anderen de zwaarste psychische opofferingen in zich sluit. Het ongetrouwde meisje, dat zwak van zenuwen geworden is, kunnen we niet aanraden verlichting te zoeken in het huwelijk, want zij moet sterk zijn om het huwelijk te „verdragen", terwijl wij een man aanraden in geen geval te trouwen met een meisje, dat niet sterk is. De getrouwde vrouw, die de teleurstellingen van het huwelijk ondervonden heeft, vindt gewoonlijk geen weg ter verlichting, dan door haar deugd op te geven. „Hoe strenger zij opgevoed is, en hoe volkomener zij onderworpen is geweest aan de eischen van de beschaving, des te meer vreest zij deze wijze van ontkomen, en in dezen strijd tusschen haar wenschen en haar plichtgevoel zoekt ook zij haar toevlucht — in de neurose. Niets beschermt haar deugd zoo zeker als de ziekte". Als we den invloed van de enge „beschaafde" opvatting van de sexueele moraal op vrouwen van een nog ruimer standpunt beschouwen, heeft Freud opgemerkt, blijkt, dat die niet beperkt is tot het voortbrengen van neurotische toestanden; hij raakt de geheele intellectueele geschiktheid van vrouwen. Haar opvoeding ontzegt haar iedere belangstelling voor sexueele kwesties, hoewel zulke kwesties van het hoogste belang voor haar zijn, want zij prent haar het oude vooroordeel in, dat iedere nieuwsgierigheid in zulke zaken onvrouwelijk en een bewijs van slechte neigingen is. Zoo worden zij afgeschrikt van het denken, en het weten verliest zijn waarde. Het denkverbod strekt zich automatisch en onvermijdelijk uit ver buiten de sexueele sfeer. „Ik geloof niet", eindigt Freud, „dat er een tegenstelling is tusschen intellectueel werk en sexueele werkzaamheid, zooals door Mobius verondersteld werd. Ik ben van meening, dat het ontwijfelbare feit van de intellectueele inferioriteit van zoo vele vrouwen voorkomt uit de belemmering in het denken, die haar opgelegd wordt met het doel haar sexualiteit te beteugelen".

Het is eerst in de laatste jaren, dat dit probleem erkend is en in het oog gevat, hoewel eenzelvige denkers, zooals Hinton, zich scherp bewust zijn geweest van het bestaan ervan; want „treurende deugd", zooals Mrs. Ella Wheeler Wilcox het uitdrukt, „schaamt zich meer voor haar smart dan ongelukkige zonde, omdat de wereld tranen heeft voor deze en voor gene alleen spot". „Het is een bijna cynische trek van onze eeuw", schreef Hellpách eenige jaren geleden, „dat ze voortdurend het probleem behandelt van prostitutie, van politie-contrôle, van den leeftijd, waarop toestemming tot sexueelen omgang gegeven kan worden, van de „blanke slavernij", en dat zij den moreelen strijd van de vrouwelijke ziel voorbijgaat, zonder eenige poging om haar brandende vragen te beantwoorden".

Aan den anderen kant zien we, dat medische schrijvers niet alleen met veel moreel vuur beweren, dat sexueele omgang buiten het huwelijk altijd en volkomen onnoodig is, maar bovendien voor de onschadelijkheid en zelfs voor de voordeelen van sexueele abstinentie pleiten.

Ribbing, de Zweedsche professor, raadt, in zijn *Hygiène Sexuelle* sexueele abstinentie buiten het huwelijk aan, en beweert, dat ze onschadelijk is. Gilles de la Tourette, Féré, en Augagneur in Frankrijk zijn het daarmee eens. In Duitschland zegt Fürbringer (Senator and Kaminer, *Health and Disease in Relation to Marriage*, deel I, p. 228), dat zelf beheersching mogelijk is en noodig.

hoewel hij toegeeft, dat ze toch in buitengewone gevallen ernstige schade kan doen. Eulenburg *Sexuale Neuropathie*, p. 14), betwijfelt of wel iemand, die overigens een verstandig leven leidde, ooit ziek werd, of meer beslist neurasthenisch door sexueele absinentie. Hegar ontkent in zijn antwoord op de argumenten van Bebel in zijn welbekend boek over vrouwen, dat sexueele abstinentie ooit satiriasis of nymphomania kan veroorzaken. Näcke, die herhaaldelijk het vraagstuk der sexueele abstinentie behandeld heeft (bv., *Archiv für Krimiual-Anthropologie*, 1903, deel I en *Sexual Probleme*, Juni 1908), houdt staande, dat sexueele abstinentie, op zijn ergst zeldzame en lichte ongunstige gevolgen kan hebben, en dat ze niet meer kans heeft om krankzinnigheid te veroorzaken, zelfs bij individuen die er aanleg voor hebben, dan de tegenovergestelde uitersten van sexueele excessen en masturbatie. Hij voegt er bij, dat voor zoover zijn eigen waarnemingen betreft, de patienten in krankzinnigengestichten maar zelden lijden onder hun gedwongen sexueele abstinentie.

Het is echter in Engeland, dat de deugden van sexueele abstinentie het luidst en met den meesten nadruk verkondigd zijn, soms inderdaad met een groot gebrek aan verstandige matiging. Acton zet, in zijn *Reproductive Organs* het traditioneele Engelsche standpunt uiteen, evenals Beale in zijn *Morality and the Moral Question*. Een meer bekend vertegenwoordiger van hetzelfde gezichtspunt was Paget, die in zijn verhandeling over „Sexueele Hypochondriasis", sexueelen omgang verbond met „diefstal of leugen". Ook Sir William Gowers (*Syphilis and the Nervous System*, 1892, p. 126) verkondigt de voordeelen van „ongeschonden kuischheid", meer speciaal als een methode om syphilis te vermijden. Hij is echter niet zeer hoopvol, zelfs wat zijn eigen geneesmiddel aangaat, want hij voegt er bij: „Wij kunnen maar weinig grond vinden voor de hoop, dat de kwaal zoodoende belangrijk zal verminderen". Hij zou echter aan het individu toch kuischheid willen prediken en doet het met al den ijver van een middeleeuwsch monnik. „Met al de kracht, die kennis, welke ik bezit en met de autoriteit, die ik heb, geven kan, verklaar ik, dat geen mensch nog ooit in het minst er slechter aan toe was, omdat hij zelfbeheersching in praktijk bracht, of er beter aan toe, omdat hij dat niet deed. Van de laatsten zijn allen moreel slechter geworden; een duidelijke meerderheid is er ook physiek op achteruit gegaan; en voor geen klein deel is het resultaat, en dat zal het altijd zijn, volkomen physieke schipbreuk op een van de vele scherpe, puntige rotsen, die op den levensweg voorkomen en die niemand kan vermijden". In Amerika geldt hetzelfde standpunt in ruimen kring en Dr. J. F. Scott betoogt in zijn *Sexual-Instinct* (tweede druk, 1908, hoofdst. III) met veel kracht en met een grooten woordenvloed ten gunste van sexueele abstinentie. Hij wil zelfs niet toegeven dat de zaak van twee kanten beschouwd kan worden, hoewel als hij hierin gelijk had, de lengte en de kracht van zijn betoog onnoodig zouden zijn geweest.

Onder medische autoriteiten, die de kwestie van sexueele abstinentie in den breede hebben behandeld is het inderdaad gewoonlijk niet mogelijk zulke onvermengd gunstige meeningen te vinden, als die ik juist aangehaald heb. Er kan echter geen twijfel aan zijn, dat een groot deel der medici, op den voorgrond tredende en uitstekende autoriteiten niet uitgesloten, als zij nu en dan tegenover de kwestie komen te staan of sexueele abstinentie onschadelijk is, meteen den weg zullen inslaan, die klaarblijkelijk den minsten tegenstand geeft en antwoorden: Ja. Slechts in een paar gevallen zullen zij eenige beperking maken bij dit bevestigend antwoord. Deze neiging wordt zeer goed geïllustreerd door een onderzoek gedaan door Dr. Ludwig Jacobsohn; van St. Petersburg („Die Sexuelle Enthaltsamkeit im Lichte der Medizin", *St. Petersburger Medizinische Wochenschrift*, Maart den 17den 1907). Hij schreef aan meer dan twee honderd bekende Russische en Duitsche professoren in de physiologie, neurologie, psychiatrie, om hun te vragen of zij sexueele abstinentie als onschadelijk beschouwden. De meerderheid gaf geen antwoord; elf Russische en acht en twintig Duitsche professoren antwoordden, maar vier

van hen zeiden alleen maar, dat „zij geen persoonlijke ondervinding" hadde etc.; er bleven er dus vijf en dertig over. Van deze was P. F. Pflüger, uit Bonn, sceptisch gestemd jegens het voordeel van eenige propaganda voor de abstinentie: „als de autoriteiten van de wereld verklaarden, dat abstinentie onschadelijk was, dan zou dat geen invloed op de jeugd hebben. Er zijn hier krachten in het spel, die door alle hinderpalen heenbreken". De onschadelijkheid van abstinentie werd toegegeven door Kräpelin, Cramer, Gärtner, Tuczek, Schottelius, Gaffky, Finkler, Selenew, Lassar, Seifert, Gruber; de laatste voegde er echter aan toe, dat hij zeer weinig abstinente jonge mannen kende, en dat hijzelf abstinentie alleen goed vond vóór de volle ontwikkeling, en omgang zelfs vóór dien tijd niet gevaarlijk achtte, als hij matig was. Brieger kende gevallen van abstinentie zonder schadelijke gevolgen, maar hij zelf meende, dat geen algemeene opinie kon gegeven worden. Jürgensen zeide, dat abstinentie *op sichselt* niet schadelijk is, maar dat in sommige gevallen omgang een meer weldadigen invloed heeft. Hoffman zeide, dat abstinentie onschadelijk is, en hij voegde er bij dat, hoewel ze zeker tot onanie leidt, deze beter is dan gonorrhea, om van syphilis te zwijgen, en gemakkelijk binnen de perken gehouden kan worden. Strümpell antwoordde, dat sexueele abstinentie onschadelijk is, en indirect nuttig, omdat ze beschermt tegen het gevaar van venerische ziekten, maar dat sexueele omgang, daar deze het normale is, altijd meer wenschelijk blijft. Hensen zeide, dat abstinentie niet onvoorwaardelijk aanbevolen kan worden. Rumpff antwoordde, dat abstinentie voor de meeste menschen niet schadelijk was vóór den leeftijd van dertig, maar dat er na dien leeftijd een neiging was tot geestelijke obsessies, en dat het huwelijk op vijf en twintigjarigen leeftijd gesloten moest worden. Ook Leyden meende dat abstinentie onschadelijk is tot omstreeks dertig jaar, waarna ze leidt tot psychische onregelmatigheden, vooral toestanden van angst en een zekere onnatuurlijkheid. Heim antwoordde, dat abstinentie onschadelijk is voor de meesten, maar dat ze bij sommigen leidt tot hysterische uitingen en indirect tot slechte gevolgen door masturbatie, terwijl voor den normalen mensch abstinentie niet direct weldadig kan zijn, omdat omgang natuurlijk is. Grützner meende, dat abstinentie bijna nooit schadelijk is. Neiser geloofde, dat een langer volgehouden abstinentie dan nu de gewoonte is, weldadig zou zijn, maar gaf toe, dat door onze beschaving de sexueele prikkels ontstaan; hij voegde er bij, dat hij natuurlijk voor gezonde menschen geen bezwaar zag in omgang. Hoche antwoordde, dat abstinentie volkomen onschadelijk is bij normale personen, maar niet altijd bij abnormale personen. Weber meende, dat ze een nuttigen invloed had door het vermeerderen van de kracht van den wil. Tarnowsky zeide, dat abstinentie goed is op jeugdigen mannelijken leeftijd, maar dat ze waarschijnlijk ongunstig zal werken na de vijf en twintig jaar. Orlow antwoordde, dat ze vooral in de jeugd onschadelijk is en dat een man even kuisch moest zijn als zijn vrouw. Popow zeide, dat abstinentie op iederen leeftijd goed is en de energie bewaart. Blumenau zeide, dat op den volwassen leeftijd abstinentie noch normaal noch weldadig is, en gewoonlijk tot masturbatie leidt, hoewel niet altijd tot nerveuze ongesteldheden; maar dat zelfs masturbatie beter is dan syphilis. Tschririew zag tot dertig jaar geen nadeel in abstinentie, en meende, dat sexueele zwakte waarschijnlijk eer volgen zou op exces dan op abstinentie. Tschish beschouwde absinentie als weldadig eer dan als schadelijk tot vijf en twintig of acht en twintig, maar meende, dat het na dien leeftijd moeilijk was te beslissen; dan schijnen nerveuze veranderingen te worden veroorzaakt. Darkschewitz beschouwde abstinentie als onschadelijk tot vijf en twintig jaar. Fränkel zeide, dat ze onschadelijk is voor de meesten, maar dat voor een groot aantal menschen omgang noodzakelijk is. Erb's opinie wordt door Jacobsohn beschouwd als alleen te staan; hij plaatste den leeftijd, waarop abstinentie onschadelijk is op twintig jaar; na dien leeftijd beschouwde hij ze als nadeelig voor de gezondheid, en hij meent, dat ze een ernstige belemmering is voor het werk en voor het karakter, terwijl ze bij

neurotjsche personen tot nog ernstiger gevolgen leidt. Jacobsohn komt tot de conclusie, dat de algemeene opinie van hen, die de vraag beantwoorden, aldus kan uitgedrukt worden: „De jeugd behoort abstinent te zijn. Abstinentie kan hen op geenerlei wijze benadeelen; integendeel, ze is weldadig. Als onze jonge menschen abstinent willen blijven en buitenechtelijk verkeer vermijden, dan zullen zij een hoog liefde-ideaal behouden en zich bewaren voor venerische ziekten".

De onschadelijkheid van sexueele abstinentie werd in Amerika evenzeer verkondigd in een besluit, dat de American Medical Association in 1906 nam. De conclusie, die aldus formeel aangenomen werd, was in deze woorden vervat: „Zelfbeheersching is niet onbestaanbaar met gezondheid". We moeten ons algemeen voor oogen stellen, dat abstracte voorstellen van deze soort geen waarde hebben, omdat zij niets beteekenen. Ieder persoon, die in het bezit van zijn verstand is, moet, als hij gesteld wordt voor den eisch stoutweg de verklaring „Zelfbeheersching is niet onbestaanbaar met gezondheid" goed te keuren of te verwerpen, die goedkeuren. Hij zou vast kunnen gelooven, dat zelfbeheersching onbestaanbaar is met de gezondheid van een ieder, en toch, als hij eerlijk was in het gebruik van de taal, zou het onmogelijk voor hem zijn om de vage en abstracte propositie, dat „Zelfbeheersching niet onbestaanbaar is met gezondheid" te verwerpen. Zulke verklaringen zijn daarom niet alleen waardeloos, maar werkelijk misleidend.

Het is duidelijk, dat volstrekt onbeperkte opinies ten gunste van sexueele abstinentie niet berusten op medische, maar op wat de schrijvers beschouwen als te zijn moreele overwegingen. Bovendien is het, daar dezelfde schrijvers zich gewoonlijk even nadrukkelijk uitspreken over de voordeelen van sexueelen omgang in het huwelijk, duidelijk, dat zij zich schuldig gemaakt hebben aan een tegenstrijdigheid. Dezelfde daad kan niet, zooals Näcke terecht zegt, goed of slecht worden, al naar dat ze gedaan wordt in het huwelijk of daar buiten. Er is geen tooverkracht in een paar woorden, uitgesproken door een priester of een ambtenaar van den burgerlijken stand.

Remondino (*loc. cit.*) merkt op, dat de autoriteiten, die zich schuldig hebben gemaakt aan verklaringen ten gunste van de onvoorwaardelijke voordeelen van sexueele abstinentie, dikwijls in drie dwalingen vervallen: (1) zij generaliseeren te veel, in plaats van ieder geval afzonderlijk te beschouwen, naar zijn aard; (2) zij stellen zich niet duidelijk voor oogen, dat de menschelijke natuur door zeer heterogene en samengestelde motieven beïnvloed wordt en dat men niet kan aannemen, dat ze alleen afhankelijk is van motieven van abstracte moraal; (3) zij negeeren het groote leger van onanisten en sexueel perversen, die niet klagen over sexueel lijden, maar die door het volhouden van een strenge sexueele abstinentie, voor zoover het normale verhoudingen betreft, langzamerhand in stroomen geraken, waaruit geen terugkeer mogelijk is.

Tusschen hen, die onvoorwaardelijk de onschadelijkheid van sexueele abstinentie toegeven of verwerpen, vinden wij een gematigde partij van autoriteiten, wier opinies meer voorwaardelijk zijn. Velen van hen, die deze meer voorzichtige positie innemen, zijn mannen, wier opinie groot gewicht in de schaal legt, en het is waarschijnlijk, dat eerder bij hen, dan bij de meer uiterste voorstanders aan beide zijden, de verstandigste zienswijze voorkomt. Een zoo samengestelde kwestie als deze kan niet goed alleen in het abstracte onderzocht worden en kan evenmin door kortweg een ontkenning of bevestiging opgelost worden. Het is een zaak, waarin ieder geval zijn eigen speciale en persoonlijke overweging vereischt.

„Waar zulk een duidelijke tegenstelling tusschen de meeningen is, daar ligt de waarheid niet uitsluitend aan één kant", merkt Löwenfeld op (*Sexualleben und Nervenleiden*, tweede uitgave, p. 40). Sexüeele abstinentie is zeker dikwijls nadeelig voor neuropatische personen. (Dit wordt tegenwoordig door een groot aantal autoriteiten aangenomen, en werd misschien het eerst beslist geconstateerd door Krafft Ebing, „Ueber Neurosen durch Abstinenz", *Jahrbuch für Psychiatrie* 1889, p. 1). Löwenfeld vindt geen speciale neiging tot neurasthenie onder de Katholieke geestelijkheid, en als ze voorkomt, is er geen reden een sexueele oorzaak aan te nemen. „Bij gezonde en niet erfelijk neuropatische menschen is volkomen abstinentie mogelijk zonder nadeel voor het zenuwstelsel". Schadelijke gevolgen, gaat hij voort, komen, als zij zich voordoen, zelden voor tusschen de vier en twintig en zes en dertig jaar, en zelfs dan zijn ze gewoonlijk niet ernstig genoeg om aanleiding te geven tot een bezoek aan den dokter, daar ze voornamelijk bestaan in het veelvuldig voorkomen van zaaduitstortingen, pijn in de ballen of in het rectum, overgevoeligheid in tegenwoordigheid van vrouwen of het zich verdiepen in sexueele denkbeelden. Als zich echter omstandigheden voordoen, die speciaal de sexueele emoties prikkelen, dan kan neurasthenie veroorzaakt worden. Löwenfeld is het eens met Freud en Gattel, dat de angstneurose meermalen voorkomt bij de abstinenten, en dat zorgvuldig onderzoek aantoont, dat de abstinentie een factor is, die ze te voorschijn roept in beide seksen. Het is een gewoon verschijnsel bij jonge vrouwen, die getrouwd zijn met veel oudere mannen, en komt dikwijls voor in de eerste jaren van het huwelijk. Onder speciale omstandigheden kan abstinentie dus schadelijk zijn, maar over het geheel zijn de moeilijkheden, die voortkomen uit deze abstinentie niet ernstig; zij veroorzaken alleen bij uitzondering werkelijke stoornissen in de nerveuze en psychische sferen. Ook Moll neemt een dergelijk gematigd standpunt in. Hij beschouwt sexueele abstinentie vóor het huwelijk als het ideaal, maar hij wijst er op, dat wij alle doctrinaire uitersten bij het prediken van sexueele abstinentie moeten vermijden omdat zulke prediking slechts leiden zal tot huichelarij. Omgang met prostituées en de neiging om van vrouw te veranderen als van een kleedingstuk, voeren tot verlies van gevoeligheid voor het geestelijke en persoonlijke element in de vrouw, terwijl de gevaren van sexueele abstinentie niet meer overdreven moeten worden dan de gevaren van sexueelen omgang (Moll, *Libido Sexualis* 1898, deel i p. 848; *id.*, *Konträre Sexualempfindung*, 1899, p. 588). Ook Bloch (in een hoofdstuk over de kwestie van sexueele abstinentie in zijn *Sexualleben unserer Zeit*, 1908) neemt een dergelijk standpunt in. Hij raadt aan onthouding in de jeugd en tijdelijke onthouding op den volwassen leeftijd, omdat zulke abstinentie waarde heeft niet alleen voor het behouden en wijzigen van de energie, maar ook om den nadruk te leggen op het feit, dat het leven andere dingen heeft om na te streven dan alleen sexueele. Redlich (*Medizinische Klinik*, 1908, No. 7) neemt in een nauwkeurige studie over de medische gezichtspunten van de kwestie, een gemiddeld standpunt in, wat de betrekkelijke voor- en nadeelen van sexueele abstinentie betreft. „Wij zouden willen zeggen, dat sexueele abstinentie niet een toestand is, die onder alle omstandigheden en tot iederen prijs moet vermeden worden, hoewel het waar is, dat voor de meerderheid van de gezonde volwassen personen geregeld sexueel verkeer goed is en soms zelfs moet aangeraden worden".

We kunnen er bijvoegen, dat van het standpunt van Christelijke godsdienstige moraal deze zelfde houding tusschen de uitersten van beide partijen, die de voordeelen van sexueele abstinentie erkent, maar er niet op staat, dat zij tot iederen prijs moeten verkregen worden, ook vertegenwoordigers heeft gevonden. Zoo behandelt in Engeland een Anglikaansch geestelijke, de Reverent H. Northcote (*Christianity and Sex Problems*, blz. 58, 60) gematigd en op sympathieke wijze de moeilijkheden van sexueele abstinentie; hij is er in het geheel niet van overtuigd, dat zulke abstinentie altijd een onvermengd voordeel is; terwijl in Duitschland een Katholiek priester, Karl Jentsch (*Sexualethik*,

Sexual Justiz, Sexualpolizei, 1900) zich er toe zet, de sterke en onvermengde beweringen van Ribbing ten gunste van de sexueele abstinentie te weerleggen. Jentsch drukt zijn opinie aldus uit: „De houding van vaders, van de publieke opinie, van den Staat en van de Kerk tegenover den jongen man in deze zaak moest zijn: „Tracht u te onthouden tot het huwelijk. Velen slagen hierin. Als gij slaagt, is het goed. Maar als ge niet kunt slagen, is het onnoodig uzelf verwijten te doen en u te beschouwen als een schurk of als een verloren zondaar. Als gij u maar niet overgeeft aan enkel genot of losbandigheid, maar tevreden zijt met wat noodig is om uw gemoedsrust, zelfbeheersching, en opgewekte geschiktheid tot werken te herstellen, en mits gij vooral de voorzorgen in acht neemt, die dokters of ervaren vrienden u op het hart drukken".

Als wij zoo de drie stroomen van meeningen van deskundigen over deze kwestie van sexueele abstinentie analyseeren en nauwkeurig onderzoeken — de opinies van hen, die er gunstig jegens gestemd zijn, van hen, die er tegen zijn, en van hen die den middenweg kiezen — dan kunnen we nauwelijks nalaten tot de conclusie te komen, dat de geheele discussie al zeer onbevredigend is. De toestand van „sexueele abstinentie" is een volkomen vage en onbepaalde toestand. Het onbepaalde karakter, het zinlooze zelfs van de uitdrukking „sexueele abstinentie" blijkt uit de veelvuldigheid waarmee zij, die er over redeneeren, aannemen dat ze kan, misschien zal, of zelfs moet omvatten masturbatie. Dat feit op zichzelf berooft ze voor een groot deel van haar waarde als moraal en ook als abstinentie. Op dit punt komen we inderdaad tot de meest fundamenteele critiek, die op het begrip van „sexueele abstinentie" toepasselijk is. Rohleder, een ervaren medicus en een erkend autoriteit in kwesties van sexueele pathologie, heeft de gangbare denkbeelden over „sexueele abstinentie" aan een scherpe critiek onderworpen in een tamelijk uitgebreid en belangrijk artikel [1]). Hij ontkent, dat er strikte abstinentie bestaat. „Sexueele abstinentie", zegt hij, „in de strikte beteekenis van het woord, moet abstinentie in zich sluiten niet alleen van sexueelen omgang, maar ook van auto-erotische uitingen, van masturbatie, van homosexueele daden, van alle sexueel perverse handelingen. Ze moet verder omvatten een voortdurende abstinentie van toegeven aan erotische voorstellingen en wellustige droomerijen. Als het echter mogelijk is zoo het geheele psychische veld te maken tot een *tabula rasa*, voor zoover de sexueele werkzaamheid betreft — en als ze dat niet voortdurend en onafgebroken is, dan is er geen strikte sexueele abstinentie — dan, zegt Rohleder, moeten wij overwegen of we niet te doen hebben met een geval van sexueele ongevoeligheid, *anaphrodisia sexualis*. Dat is een kwestie die maar zelden zoo al ooit in het oog gevat wordt door hen, die sexueele abstinentie bespreken. Het is echter een uiterst gepaste kwestie, zooals Rohleder met nadruk zegt, want, als er sexueele ongevoelig-

---

[1]) „Die Abstinentia Sexualis", *Zeitschrift für Sexualwissenschaft*, Nov. 1918.

heid bestaat, dan vervalt de kwestie van sexueele abstinentie, daar wij ons alleen kunnen „onthouden" van handelingen, die in onze macht zijn. Volkomen sexueele ongevoeligheid is echter een zoo zeldzame toestand, dat ze in de practijk buiten beschouwing kan blijven, en daar de sexueele impuls, als zij bestaat, door een physiologische noodzakelijkheid soms op een of andere wijze werkzaam moet worden — zelfs als het, volgens het standpunt van Freud alleen maar is door verandering in een of anderen neurotischen toestand — komen wij tot de conclusie, dat „sexueele abstinentie" strikt onmogelijk is. Rohleder heeft een paar gevallen gehad, waarbij het scheen dat hij met geen mogelijkheid kon ontkomen aan de conclusie, dat sexueele abstinentie bestond, maar bij deze alle vond hij later dat hij zich vergist had, meestal ten gevolge van de gewoonte van masturbatie bij den patient, waarvan hij meent, dat ze zeer veel voorkomt en zeer dikwijls vergezeld gaat van een hardnekkige poging om den medicus over het bestaan ervan te misleiden. De eenige soort van „sexueele abstinentie", die bestaat, is een gedeeltelijke en tijdelijke abstinentie. In plaats van, zooals sommigen, te zeggen: „Voortdurende abstinentie is onnatuurlijk en kan niet bestaan zonder lichamelijk en geestelijk nadeel", moesten we volgens Rohleder zeggen: „Voortdurende abstinentie is onnatuurlijk en heeft nooit bestaan".

Als we deze chaotische massa van opinies beschouwen, moeten wij wel gevoelen dat de geheele discussie om een zuiver negatief denkbeeld draait, en dat fundamenteele feit is verantwoordelijk voor wat op het eerste gezicht verbluffend tegenstrijdige verklaringen schenen te zijn. Als wij dat, wat algemeen beschouwd wordt als het godsdienstige en moreele standpunt van de zaak, zouden moeten uitschakelen, een standpunt, laten we dat niet vergeten, dat geen betrekking heeft op de essentieele natuurlijke feiten van de kwestie — dan moeten we wel opmerken, dat deze groot schijnende verschillen in overtuiging binnen zeer nauwe en beuzelachtige grenzen zullen worden teruggebracht.

Wij kunnen de impuls van reproductie niet gelijk stellen met de voedingsimpuls. Er zijn zeer belangrijke verschillen tusschen de twee, meer speciaal het fundamenteele verschil, dat, terwijl de bevrediging van de eene impuls absoluut noodzakelijk is voor het leven van het individu en van het ras beide, de bevrediging van de andere alleen absoluut noodzakelijk is voor het leven van het ras. Maar als we deze kwestie terug voeren tot een van „sexueele abstinentie", dan plaatsen we ze klaarblijkelijk op dezelfde basis als die van abstinentie van voedsel, dat is te zeggen juist aan den tegenovergestelden pool dan waarop we ze plaatsen, als we ze (evenals in het voorafgaande hoofdstuk) beschouwen van het standpunt van ascetisme en kuischheid. Zoo komt het, dat er op deze negatieve basis werkelijk een belangwekkende analogie

bestaat tusschen onthouding van voedsel, hoewel die noodzakelijkerwijze alleen maar onvolkomen en voor korten tijd kan worden gehandhaafd, en sexueele abstinentie, die langer en meer volkomen volgehouden wordt. Een patient van Janet schijnt deze overeenkomst duidelijk aan te toonen. Nadia, die Janet vijf jaar lang kon bestudeeren, was een jonge vrouw van zeven en twintig, gezond en intelligent, en niet lijdende aan hysterie of anorexia, want zij had een normalen eetlust. Maar ze had een manie; zij wenschte mager te zijn en om dit doel te bereiken verminderde zij haar maaltijden tot op een minimum, alleen wat soep en een paar eieren. Zij leed zeer onder de abstinentie, die zij zich zelf zoo oplegde, en was altijd hongerig, hoewel soms haar honger verborgen werd door de onvermijdelijke maagbezwaren, door een zoo lang volharden in dit *régime* veroorzaakt. Soms was ze wel zoo hongerig geweest, dat ze begeerig alles verslonden had wat ze machtig kon worden, en herhaaldelijk kon zij de verleiding niet weerstaan in het geheim een paar biscuits te eten. Zulke daden veroorzaakten haar een verschrikkelijk berouw, maar toch deed zij ze weer. Zij besefte de groote krachtsinspanning, die van haar door deze levenswijze geëischt werd, en beschouwde zichzelf werkelijk als een heldin, omdat ze zoo lang weerstand bood. „Soms", vertelde zij aan Janet, „bracht ik uren door met denken aan voedsel, zoo hongerig was ik. Ik slikte mijn speeksel in, ik beet op mijn zakdoek, ik rolde mij over den grond, zoo verlangde ik naar eten. Ik zocht boeken op met beschrijvingen van maaltijden en feesten, ik trachtte mijn honger te bedaren, door mij te verbeelden dat ook ik al die goede dingen genoot. Ik was werkelijk uitgehongerd, en behalve een paar zwakheden met biscuits, weet ik dat ik veel moed getoond heb". Het denkeeld, dat Nadia bewoog mager te willen wezen, komt overeen met het denkbeeld van den abstinenten mensch, dat hij „moreel" wil leven, en verschilt er alleen van doordat het het voordeel heeft van eenigszins meer positief en persoonlijk te zijn, want het denkbeeld van den persoon, die sexueel toegeven wil vermijden, omdat het „niet goed" is, is dikwijls niet alleen negatief, maar onpersoonlijk en opgelegd door zijn maatschappelijke en godsdienstige omgeving. Nadia's nu en dan voorkomende uitbarstingen van roekelooze begeerigheid komen overeen met de plotselinge impulsen om zijn toevlucht te nemen tot de prostitutie, en haar geheime zwakheden met de biscuits, gevolgd door scherp berouw, tot terugvallen in de gewoonte van masturbatie. Haar buien van strijd en van rollen op den grond zijn precies gelijk aan de uitbarstingen van nutteloos begeeren, die nu en dan voorkomen bij jonge abstinente mannen en vrouwen, als ze gezond en sterk zijn. Het in gedachten vervuld

---

[1]) P. Janet, „La Maladie du Scrupule", *Revue Philosophique*, Mei 1901.

zijn met maaltijden en met literaire beschrijvingen van maaltijden is duidelijk analoog met het bezig zijn van den abstinenten mensch met wellustige gedachten en erotische boeken. Ten slotte komt de overtuiging van Nadia, dat zij een heldin is, geheel overeen met de houding van zelfgenoegzaamheid, die de sexueel abstinenten zoo dikwijls kenmerkt.

Als wij de diepe en suggestieve studie van Freud over het probleem van sexueele abstinentie met betrekking tot de „beschaafde" sexueele moraal raadplegen, dan vinden we, dat, hoewel hij geen melding maakt van de analogie met het onthouden van voedsel, zijn woorden voor het grootste gedeelte gelijkelijk toepasselijk zouden zijn op beide gevallen. „De taak, een zoo machtig instinct als de sexueele impuls ten onder te brengen, anders dan door bevrediging", schrijft hij, is er een, die de geheele kracht van een mensch verbruikt. Onderwerping door sublimeeren, door de sexueele krachten op hoogere paden van beschaving te leiden, kan misschien aan een minderheid gelukken, en zelfs aan deze alleen maar voor een tijd, het minst gemakkelijk in de jaren van vurige jeugdenergie. De meerderheid wordt neurotisch of komt op andere wijze in moeilijkheden. De ondervinding leert, dat het meerendeel van de „beschaafde" menschen door hun gestel niet opgewassen zijn tegen de taak der abstinentie. Wij zeggen wel, dat de strijd met dezen machtigen aandrang, en de nadruk die deze strijd legt op de ethische en æsthetische krachten in de ziel, het zieleleven, het karakter „staalt", en voor eenige gunstig aangelegde naturen is dit waar; we moeten ook erkennen, dat het verschil in individueel karakter, dat zoo uitgesproken is in onzen tijd, alleen mogelijk wordt door sexueele beperkingen. Maar in verreweg de meeste gevallen verbruikt de strijd met de zinnelijkheid al de beschikbare kracht van het karakter, en dit juist op den tijd, dat de jonge man al zijn kracht noodig heeft om zich een plaats in de wereld te veroveren" [1]).

Als wij het probleem op deze negatieve basis van abstinentie geplaatst hebben, dan is het moeilijk in te zien hoe we de juistheid van Freud's conclusies kunnen betwisten. Zij gelden evenzeer

---

[1]) Zie Freud *Sexual-Probleme*, Maart 1908. Zooals Adele Schreiber ook aantoont (*Mutterschutz*, Jan. 1907, p. 30), is het niet genoeg te bewijzen, dat abstinentie niet gevaarlijk is; we moeten in de gedachte houden, dat de geestelijke en physieke energie, die verbruikt wordt voor het onderdrukken van dit machtige instinct dikwijls een vroolijke, energieke natuur verandert in een zwakke schaduw. Evenzoo zegt Helene Stöcker (*Die Liebe und die Frauen*, p. 105): „De kwestie, of abstinentie schadelijk is, is, om de waarheid te zeggen, een belachelijke kwestie. Men hoeft geen zenuw-specialist te zijn om te weten, als iets dat vanzelf spreekt, dat een leven van gelukkige liefde en huwelijk het gezonde leven is, en dat de geheele afwezigheid daarvan wel leiden moet tot ernstige zenuw-depressie, zelfs als er geen directe physiologische stoornissen kunnen worden aangetoond",

voor onthouding van voedsel als voor onthouding van sexueele liefde. Als wij het probleem op een meer positieve basis plaatsen, en als we in staat zijn de meer actieve en vruchtbare motieven van ascetisme en kuischheid op te roepen, dan is deze ongelukkige strijd tegen een natuurlijken aandrang veroordeeld. Als kuischheid een ideaal is van het harmonieuze spel van al de organische impulsen van ziel en lichaam, als ascetisme eigenlijk is het athletisch streven naar een waardig doel, dat, voor een tijd, een onverschilligheid veroorzaakt voor het bevredigen van de sexueele impulsen, dan staan wij op gezonden en natuurlijken grond en wordt er geen energie verspild in een vruchteloos streven naar een negatief doel, hetzij dit kunstmatig van buiten af opgelegd is, zooals gewoonlijk, of dat het vrijwillig gekozen is door het individu zelf.

Want er is in werkelijkheid geen volkomen analogie tusschen sexueel verlangen en honger, tusschen abstinentie van sexueele verhoudingen en abstinentie van voedsel. Als we ze beide op de basis plaatsen van abstinentie, dan plaatsen we ze op een basis, die past voor de impuls voor sexueele liefde. Wij kunnen geen genoegen verschaffen en geen dienst bewijzen aan ons voedsel, als wij het eten. Maar de helft van sexueele liefde, misschien de meest belangrijke en veredelende helft, ligt in wat wij geven en niet in wat wij nemen. Als we deze kwestie terugbrengen tot het lage niveau van abstinentie, dan leggen we het zwaartepunt ervan niet alleen in een negatieve ontkenning, maar we maken er een kwestie van, die alleen ons zelf raakt. In plaats van te vragen: Hoe kan ik vreugde en kracht geven aan iemand anders? vragen we alleen: Hoe kan ik louter mijn deugd bewaren?

Daarom is het, dat, van welk gezichtspunt we de kwestie ook beschouwen, — hetzij met betrekking tot de in het oog springende tegenspraak, welke er is tusschen de autoriteiten, die deze kwestie besproken hebben, of van het door elkaar halen hier van moreele en physiologische overwegingen, of van het enkel negatieve en onnatuurlijke karakter van de „deugd", die zoo ingesteld wordt, of in het mislukken, dat er in opgesloten ligt, van alle pogingen om de veredelende, altruïstische en wederkeerige zijde van sexueele liefde te vatten, — van welk standpunt wij het probleem van „sexueele abstinentie" ook naderen, we moeten overeenkomen dit alleen te doen onder protest.

Als wij dan besluiten het onderwerp nader te onderzoeken, en tot de overtuiging gekomen zijn — aan welke wij, met het oog op al het bewijsmateriaal nauwelijks ontkomen kunnen — dat, terwijl sexueele abstinentie, in zoover ze als mogelijk erkend kan worden, niet onbestaanbaar is met gezondheid, er toch vele volwassenen zijn, voor wie ze schadelijk is, en nog een veel grooter aantal voor wie ze, als ze lang aanhoudt, ongewenscht is, stuiten

we op een ernstig probleem. Het is een probleem, waar ieder mensch tegenover komt te staan, en vooral de medicus die geroepen kan worden in deze zaak ambtelijk raad te geven aan zijn medemenschen, Als sexueele verhoudingen soms wenschelijk zijn voor ongehuwde of gehuwde personen, die om de een of andere reden van de huwelijksvereeniging uitgesloten zijn, is een dokter dan gerechtigd zulke sexueele verhoudingen aan zijn patient aan te raden? Dit is een vraag, die dikwijls besproken en in tegenovergestelden zin beantwoord is.

Verschillende beroemde medici, vooral in Duitschland, hebben het voor den plicht van den dokter verklaard sexueelen omgang aan zijn patient aan te bevelen, telkens als hij dit noodig acht. Gyurkovechky, bij voorbeeld, heeft deze kwestie uitvoerig behandeld, en ze bevestigend beantwoord. Nyström (*Sexual-Probleme*, Juli, 1908, p. 413) zegt, dat het de plicht van den medicus is, in sommige gevallen van sexueele zwakte, als alle andere behandelingsmethoden gefaald hebben, sexueelen omgang als het beste geneesmiddel aan te bevelen. Dr. Max Marcuse acht het den onvoorwaardelijken plicht van den dokter, sexueelen omgang in sommige gevallen aan te raden, zoowel aan mannen als aan vrouwen, en heeft bij vele gelegenheden in dezen geest gesproken (*b.v. Darf der Arzt zum Ausserehelichen Geslechtsverkehr raten?* 1904). Marcuse is gedecideerd van meening, dat een dokter, die, terwijl hij zich laat influenceeren door moreele, sociologische of andere overwegingen, nalaat sexueelen omgang aan te raden, als hij dien voor de gezondheid van den patient wenschelijk acht, zijn beroep onwaardig is, en òf de geneeskunde moest opgeven òf zijn patienten naar andere dokters moest zenden. Deze houding schijnt, hoewel ze gewoonlijk niet zoo nadrukkelijk geuit wordt, in ruimen kring aangenomen te worden. Lederer gaat zelfs nog verder, als hij zegt (*Monatschrift für Harnkrankheiten und Sexuelle Hygiene*, 1906, deel 3), dat het de plicht van den medicus is een vrouw, die lijdende is door de impotentie van haar man, aan te raden omgang te hebben met een anderen man, en hij voegt er bij dat „of zij dat doet met de toestemming van haar man, een zaak is, die den dokter niet aangaat, daar hij niet een bewaker is van de moraal, maar een bewaker van de gezondheid". De medici die in het publiek deze houding aannemen, vormen echter een kleine minderheid. In Engeland heeft, voor zoover ik weet, geen bekend medicus openlijk verklaard, dat het de plicht van den dokter is sexueelen omgang buiten het huwelijk aan te raden, hoewel, het is nauwelijks noodig het er bij te voegen, het in Engeland, evenals in andere landen voorkomt, dat dokters, zelfs vrouwelijke dokters, van tijd tot tijd in een persoonlijk onderhoud er hun ongehuwde en zelfs hun gehuwde patienten op wijzen, dat sexueele omgang waarschijnlijk weldadig zou zijn.

De plicht van den dokter om sexueelen omgang aan te raden is met evenveel nadruk ontkend, als ze aangeprezen wordt. Zoo wilde Eulenburg (*Sexuale Neuropathie*, p. 43), onder geen voorwaarde buitenechtelijke verhoudingen aan zijn patient aanraden; zulke raad ligt geheel buiten de bevoegdheid van den dokter". Ze wordt natuurlijk ontkend door hen, die sexueele abstinentie beschouwen als altijd onschadelijk, zoo niet weldadig. Maar ze wordt ook ontkend door velen, die meenen dat, onder bepaalde omstandigheden, sexueele omgang goed zou doen.

Vooral Moll heeft, en dat bij vele gelegenheden, den plicht van den dokter besproken met betrekking tot de kwestie van het aanraden van sexueelen omgang buiten het huwelijk (b.v., in zijn uitgebreid werk *Aerztliche Ethik*, 1902; ook *Zeitschrift für Aerztliche Fortbildung*, 1905, Nos. 12—15; *Mutterschutz*, 1905, Heft 3; *Geschlecht und Gesellschaft*, deel II, blz. 8). Eerst was Moll geneigd het recht van den medicus om sexueelen omgang onder bepaalde

omstandigheden aan te bevelen, te handhaven; „zoo lang als het huwelijk overmatig uitgesteld wordt en sexueele omgang buiten het huwelijk bestaat", schreef hij, (*Die Conträre Sexualempfindung*, tweede uitgave, p. 287), „zoo lang, meen ik, dat we zulk een omgang therapeutisch mogen aanwenden, mits er geen rechten van een derde persoon (man of vrouw) worden gekrenkt". In al zijn latere geschriften echter, stelt Moll zich duidelijk en bepaald aan de tegenovergestelde zijde. Hij meent, dat de medicus geen recht heeft de mogelijke gevolgen van zijn raad over het hoofd te zien; die gevolgen kunnen wezen, het besmet worden met venerische ziekten, of, in het geval van een vrouw, zwangerschap en hij gelooft, dat deze ernstige gevolgen veel meer kans hebben voor te komen dan wel altijd toegegeven wordt door hen, die het goed recht van zulken raad verdedigen. En Moll wil ook niet toegeven, dat de medicus recht heeft de moreele zijden van de zaak over het hoofd te zien. Een dokter kan weten, dat een arm man vele dingen, die goed zijn voor zijn gezondheid zou kunnen krijgen door te stelen, maar hij kan hem niet aanraden te stelen. Moll neemt het geval van een Katholiek priester, die lijdt aan neurasthenie, voortkomende uit sexueele abstinentie. Zelfs al is de dokter er zeker van, dat de priester in staat zal zijn al de gevolgen van ziekte zoowel als van publiciteit te vermijden, dan is hij nog niet gerechtigd hem sexueelen omgang aan te raden. Hij moet in gedachte houden, dat hij, door een priester er toe te brengen zijn geloften van kuischheid te verbreken, aanleiding kan geven tot een geestelijken strijd en een bitter berouw, dat tot de slechtste resultaten kan leiden, zelfs voor de physieke gezondheid van den patient. Dergelijke moeilijkheden merkt Moll op, kunnen volgen op zulk een raad, als hij gegeven wordt aan een gehuwd man of een gehuwde vrouw, om niet te spreken van mogelijke echtscheidings-processen en daarmede samengaande ellenden.

Rohleder (*Vorlesungen über Geschlechtstrieb und Gesamtes Geschlechtsleben der Menschen*) neemt in deze zaak een eenigszins gematigde houding aan. Als een algemeene regel is hij er bepaald tegen sexueelen omgang buiten het huwelijk aan te raden aan hen, die lijden aan gedeeltelijke of tijdelijke abstinentie (de eenige vorm van abstinentie die hij erkent), gedeeltelijk omdat de nadeelen van abstinentie niet ernstig of duurzaam zijn, en gedeeltelijk omdat de patient toch zeker zijn eigen oordeel in deze zaak zal volgen. Maar in sommige gevallen beveelt hij zulken omgang aan, en vooral aan bisexueele personen, op grond, dat hij zijn patient zoodoende bewaart voor de strafschuldige gevaren van homosexueele praktijken.

Het schijnt mij toe, dat er niet de minste twijfel behoorde te wezen aan wat de correcte houding van den medicus naar aanleiding van deze kwestie van sexueelen omgang moet zijn. De dokter is nooit geroepen zijn patient sexueelen omgang buiten het huwelijk aan te raden, noch eenige wijze van verlichting, die gewoonlijk als onwettig beschouwd wordt. Er wordt gezegd, dat de medicus niets te maken heeft met overwegingen van de conventioneele moraal. Als hij meent, dat champagne goed zou zijn voor een armen patient, dan moest hij hem aanraden champagne te nemen; het ligt niet op zijn weg te overwegen of de patient de champagne zal vragen, leenen of stelen. Maar, ten slotte, zelfs als dat toegegeven is, dan moet nog gezegd worden, dat de dokter weet, dat de champagne, hoe ze dan ook verkregen is, waarschijnlijk niet vergiftig is. Als hij echter sexueelen omgang voorschrijft met dezelfde verheven onverschilligheid voor praktische overwegingen, dan weet hij dat niet. Als hij zulk een voorschrift geeft, dan weet

de dokter inderdaad in het minst niet, wat hij voorschrijft. Misschien berokkent hij zijn patient een venerische ziekte; misschien geeft hij hem de angsten en verantwoordelijkheden van een onwettig kind; hij, die het voorschrift geeft, is geheel in het duister. Hij is in dezelfde positie alsof hij een kwakzalversgeneesmiddel had voorgeschreven, waarvan hij de samenstelling niet kende, met nog het nadeel, dat het geneesmiddel veel meer machtig exploisief kan blijken, dan het geval is met het gewoonlijk onschuldige gepatenteerde geneesmiddel. Het uiterste, wat een dokter eigenlijk kan doen, is het geval onpartijdig aan zijn patient voorleggen en hem op de gevaren wijzen. De oplossing moet de patient dan zelf uitwerken, zoo goed als hij kan, want zij sluit in zich maatschappelijke en andere overwegingen, die, terwijl ze geenszins buiten de sfeer der geneeskunde liggen, zeker volkomen buiten de macht liggen van den individueelen praktiseerenden geneesheer.

Ook Moll is van meening, dat deze onpartijdige voorstelling van de zaak vóor en tegen sexueelen omgang de plicht van den dokter in deze questie is. Het is inderdaad een plicht, waaraan de medicus in vele gevallen nauwelijks ontkomen kan. Moll wijst er op, dat het in geen geval gepaard kan gaan, zooals sommigen meenen, met het aanbevelen van sexueelen omgang. Het is integendeel, naar hij opmerkt, veel meer analoog met den plicht van den medicus bij operaties. Hij legt den patient den aard van de operatie voor, de voordeelen en de gevaren ervan, maar hij laat het aan het oordeel van den patient over of deze de operatie wil ondergaan of niet. Ook Lewitt (*Geschlechtliche Enthaltsamkeit und Gesundheitsstörungen*, 1905) komt, na de verschillende meeningen over deze kwestie besproken te hebben, tot de conclusie, dat de dokter, als hij meent, dat omgang buiten het huwelijk weldadig zou zijn, de bezwaren moet uiteen zetten en het aan den patient overlaten zelf te beslissen.

Er is nog een reden, waarom een dokter, uit consideratie voor de heerschende moreele meeningen, ten minste onder de middelklasse, zich behoort te onthouden van het aanraden van buitenechtelijk verkeer: hij plaatst zich in een scheeve positie tegenover zijn maatschappelijke omgeving. Hij raadt een geneesmiddel aan, waarvan hij den aard niet openlijk erkennen kan, en zoo breekt hij het algemeene vertrouwen in hem af. De eenige medicus, die moreel gerechtigd is zijn patiënten aan te raden in buitenechtelijke verhoudingen te treden, is hij, die openlijk erkent, dat hij bereid is zulk een raad te geven. De dokter, die openlijk werkt voor maatschappelijke hervorming heeft misschien het moreele recht verworven raad te geven in overeenstemming met de strekking van zijn werkzaamheden in het publiek, maar zelfs dan nog kan het zeer twijfelachtig zijn of zijn raad gerechtvaardigd is, en het zou beter zijn als hij zijn pogingen voor maatschappelijke hervorming tot zijn publieke werkzaamheden beperkte. De stem van den dokter wordt, zooals Professor Max Flesch van Frankfort opmerkt, meer en meer gehoord in de ontwikkeling en den nieuwen groei van maatschappelijke instellingen; hij is een natuurlijk leider

in zulke bewegingen, en voorstellen tot verbetering komen feitelijk van hem. „Maar", zooals Flesch voortgaat, „in het openbaar de uitnemendheid van bestaande instellingen aan te nemen en in de intimiteit van de consultatie-kamer raad te geven, die de onvolmaaktheid van die instellingen bewijst, is onlogisch en verwarrend. Het is de taak van den medicus raad te geven, die in overeenstemming is met de belangen van de gemeenschap als een geheel, en die belangen eischen, dat er sexueele verhoudingen zullen aangeknoopt worden tusschen gezonde mannen en vrouwen, die in staat en bereid zijn de gevolgen van hun vereeniging op zich te nemen. Dat moet de leiddraad zijn voor het gedrag van den medicus. Alleen zoo kan hij worden, wat men tegenwoordig zoo dikwijls zegt, dat hij is, de leidsman van de natie" [1]). Dit gezichtspunt is, zooals we zien, niet geheel in overeenstemming met dat hetwelk aanneemt, dat de plicht van den medicus alleen en volkomen uitgaat naar zijn patient zonder te letten op den invloed van zijn raad op diens maatschappelijk gedrag. De belangen van den patient gaan voor, maar ze zijn niet gerechtigd te komen in antagonisme tot de belangen van de maatschappij. De raad, die gegeven wordt door den wijzen medicus moet altijd in harmonie zijn met den maatschappelijken en moreelen toon van zijn tijd. Zoo komt het, dat de neiging onder de jongere generatie der medici tegenwoordig, om een actief deel te nemen in het verheffen van dien toon en in het bevorderen van maatschappelijke hervorming — een neiging, die niet alleen bestaat in Duitschland, waar deze belangen zoo acuut geweest zijn, maar ook in een zoo conservatief land als Engeland — vol belofte is voor de toekomst.

De dokter is er gewoonlijk mee tevreden, zijn plicht jegens zijn patient wat de sexueele abstinentie betreft als voldoende vervuld te beschouwen, als hij tracht sexueele overgevoeligheid te verminderen door medische of hygiënische behandeling. Het behoeft echter nauwelijks gezegd te worden, dat de resultaten van zulk een behandeling gewoonlijk onvoldoende zijn, en soms heeft de behandeling zelfs een resultaat, dat het tegendeel is van wat werd bedoeld. De moeilijkheid is gewoonlijk, dat, om effect te hebben, de behandeling moet worden voortgezet tot een uiterste, dat niet alleen de geslachtswerkzaamheden uitput of ze terughoudt, maar ook de werkzaamheden van het geheele organisme, en als ze dat niet doet, kan ze eer een prikkel dan een kalmeerend middel blijken te zijn. Het is moeilijk en gewoonlijk onmogelijk de sexueele werkzaamheid van een mensch te scheiden van alle andere werkzaamheden van zijn organisme en invloed uit te oefenen op deze werkzaamheden alleen. Sexueele activiteit is zoo nauw verbonden

---

[1]) Max Flesch, „Ehe, Hygiëne und Sexuelle Moral", *Mutterschutz*, 1905, aflevering 7.

met de andere organische werkzaamheden, erotische weelderigheid is zoo zeer een bloem, gevoed door het geheele organisme, dat de slag, die ze verplettert, den geheelen mensch kan knakken. De bromiden worden algemeen erkend als machtige kalmeerende middelen, maar hun invloed in dit opzicht wordt eerst recht gevoeld als zij al de teerste krachten van het organisme hebben afgestompt. Physieke oefening wordt algemeen aanbevolen aan sexueel overgevoelige patiënten. Toch vinden de meeste menschen, mannen en vrouwen, dat lichaamsoefening een positieve prikkel is voor de sexueele werkzaamheid. Dit is vooral het geval met wandelen, en bizonder energieke jonge vrouwen, die last hebben van de hinderlijke werkzaamheid van haar gezonde sexueele emoties, brengen soms een groot deel van haar tijd door met vergeefsche pogingen in lange wandelingen haar activiteit te kalmeeren. Lichaamsoefening blijkt in dit opzicht alleen effect te hebben, als ze doorgevoerd wordt tot een hoogte, die algemeene uitputting veroorzaakt. Dan is inderdaad de sexueele werkzaamheid bedaard, maar tevens de geestelijke en lichamelijke werkzaamheden. Het is ongetwijfeld waar, dat oefeningen en spelen van alle soorten voor jonge menschen van beide geslachten een sexueel hygiënischen, zoowel als een algemeen hygiënischen invloed hebben, die ongetwijfeld weldadig is. Zij zijn in ieder geval beter dan langdurige zittende bezigheden. Maar het is dwaas te denken, dat spelen en oefeningen de sexueele impulsen zullen onderdrukken, want in zoover zij de gezondheid bevorderen, bevorderen zij al de impulsen, die het resultaat zijn van de gezondheid. Het eenigste, dat men ervan verwachten kan, is, dat zij de sexueele uitingen beperken door de energie, die zij voortbrengen, te verspreiden.

Er zijn vele heilzame regels en voorzorgen, die niet zonder reden aangeraden worden als gunstig om de sexueele werkzaamheid te beperken of te verminderen. Het vermijden van warmte en het aanwenden van kou is een van de belangrijkste van deze. Een warm klimaat, een benauwde atmosfeer, zwaar bed-dek, warme baden, deze alle kunnen het sexueele stelsel zeer prikkelen, want dat stelsel is een oppervlakkig zintuigelijk orgaan, en al wat de huid in het algemeen prikkelt, prikkelt het sexueele systeem. Koude, die de huid samentrekt, doodt ook de sexueele gevoelens, een feit, dat de asceten van den ouden tijd kenden en zich ten nutte maakten. De kleederen en de houding van het lichaam zijn niet zonder invloed. Knellen of drukken in de buurt van de sexueele streek, zelfs een nauw corset, zoowel als inwendige druk, bijv. door een volle blaas, zijn bronnen van sexueele prikkeling. Slapen op den rug, waardoor het bloed zich ophoopt in de ruggemergscentra, werkt ook op dezelfde wijze, zooals al lang bekend is geweest aan hen, die nauwkeurig letten op sexueele hygiëne; zoo wordt gezegd, dat het bij de orde der Franciskanen verboden

is op den rug te liggen. Voedsel en drank zijn voorts machtige sexueele prikkels. Dit geldt zelfs van het eenvoudigste en gezondste voedsel, maar meer speciaal van vleeschspijzen, en vooral van alcohol in zijn sterkste vormen, zooals geestrijke dranken, likeuren, mousseerende en zware wijnen, en zelfs van vele Engelsche bieren. Dit is ten allen tijde erkend door hen, die ascetisme beoefenden, en het is een van de meest afdoende redenen, waarom men de jeugd geen alcohol moet geven. Zooals de heilige Jeronimus opmerkte, toen hij aan Eustochion schreef, dat zij wijn moest vermijden als vergift, „wijn en jeugd zijn de twee vuren der wellust. Waarom olie op het vuur te gieten" [1])? Ook ledigheid, vooral als ze samengaat met een weelderig leven, bevordert de sexueele werkzaamheid, zooals Burton in den breede uiteenzet in zijn *Anatomy of Melancholy*, terwijl voortdurende bezigheid daarentegen de ronddoolende krachten concentreert.

Geestesoefening heeft men somtijds evenals lichaamsoefening aangeraden als een methode om sexueele opwinding te kalmeeren, maar ze schijnt onzeker te zijn in haar werking. Als ze zeer belangwekkend is en opwindend, dan kan ze de sexueele emotie eerder opwekken dan kalmeeren. Als ze weinig belangstelling opwekt, kan ze geenerlei invloed uitoefenen. Dit geldt zelfs van mathematische bezigheden, die door verschillende autoriteiten als hulpmiddelen bij sexueele hygiëne [2]) zijn aangeraden, o. a. ook door Broussais. „Ik heb mechanisch geestelijk werk geprobeerd", schrijft een dame, „zooals het oplossen van rekenkundige of algebraische problemen, maar het doet mij geen goed; het schijnt zelfs alleen maar de opwinding te verergeren". „Ik studeerde en wendde mijn aandacht voornamelijk tot de wiskunde", schrijft een geestelijke, „met de bedoeling om mijn sexueele neigingen te beteugelen. In zekere mate had ik succes. Maar bij het naderen van een oud vriend, door een stem of een aanraking, kwamen deze neigingen met vernieuwde kracht terug. Ik vond wiskunde over het geheel echter het beste ding om mijn belangstelling van vrouwen af te wenden, beter dan godsdienstige oefeningen, die ik

[1]) „Ik heb twee jaar lang nauwkeurige ondervinding en omgang met de Trappisten gehad", schreef Dr. Butterfield van Natal (*British Medical Journal*, Sept. 15, 1906, p. 668), „als medisch verzorger en als geloovig Katholiek beide. Ik heb ze bestudeerd en hun leven, gewoonten en diëet onderzocht, en hoewel ik het niet graag aan zou nemen, omdat het voor mij persoonlijk niet past, is de groote massa van hen van een absoluut ideale gezondheid en kracht, zij mankeeren zelden iets, zijn in staat tot veel werk, geestelijk en lichamelijk. Hun leven is zeer eenvoudig en zeer regelmatig. Het zou moeilijk zijn een gezonder gemeenschap van mannen en vrouwen, met volkomen gelijkmatigheid van humeur — op dit laatste leg ik den nadruk — te vinden. Gezondheid straalt uit hun oogen, hun gelaat en hun daden. Alleen bij ziekte of bij lange reizen worden hun krachtige spijzen toegestaan — vleesch, eieren, enz. — of alcohol.

[2]) Féré, *L'Instinct Sexual*, tweede uitgave, p. 332.

aanwendde toen ik jonger was (twee en twintig tot dertig)". Op hun best hebben zulke middelen echter alleen maar tijdelijke uitwerking.

Het is gemakkelijker, het opwekken van sexueele impulsen te vermijden dan ze door hygienische maatregelen tot zwijgen te brengen als ze eens opgewekt zijn. Daarom moeten in de kindsheid en jeugd al deze maatregelen met verstand in acht genomen worden, om iedere voorbarige sexueele opwinding te voorkomen. In een groep van stevige normale kinderen gaan invloeden, die we zouden kunnen verwachten dat sexueel zouden werken, ongemerkt voorbij. Aan het andere uiterste is een andere groep kinderen zoo neurotisch en vroegtijdig gevoelig, dat geen voorzorgen hen zullen beschermen tegen zulke invloeden, Maar tusschen deze groepen zijn er andere kinderen, waarschijnlijk verreweg het grootste aantal, die weerstand bieden aan lichte sexueele aansporingen, maar die misschien voor sterker of langduriger invloeden bezwijken, en aan deze kunnen de zorgen van sexueele hygiene met voordeel besteed worden" [1]).

Na de puberteit, als de spontane en innerlijke stem der sekse zich ieder oogenblik plotseling kan doen hooren, worden soms alle voorzorgen over boord geworpen, en zelfs de jongeling of het jonge meisje, dat er het meest op uit was de idealen van kuischheid te bewaren, kan dikwijls weinig meer doen dan wachten tot de storm voorbij is. Het komt soms voor dat een lange periode van sexueelen storm en drang spoedig na de puberteit zich voordoet en dan wegsterft, hoewel er weinig of geen sexueele bevrediging geweest is, om gevolgd te worden door een periode van betrekkelijke kalmte. We moeten ons herinneren dat bij vele, misschien wel bij de meeste individuen, mannen en vrouwen, de sexueele begeerte, anders als bij honger of dorst, na een langdurigen strijd teruggebracht kan worden tot een min of meer kalmen staat, die, verre van nadeelig te zijn, zelfs nuttig kan zijn voor de lichamelijke en geestelijke kracht in het algemeen. Dit kan gebeuren hetzij sexueele bevrediging verkregen is of niet. Als er nooit eenige bevrediging van dien aard geweest is, dan is de strijd minder hevig en spoediger

[1]) Het leven op het land, zooals we gezien hebben toen we de verhouding daarvan tot sexueele vroegrijpheid bespraken, is aan den eenen kant het ongekende van een bescherming tegen sexueele invloeden. Maar aan den anderen kant, voor zoover het hard werken op het land in zich sluit en eenvoudig is leven, onder omstandigheden die niet prikkelend zijn voor het zenuwstelsel, het gunstig voor een aanmerkelijk uitgestelde sexueele werkzaamheid in de jeugd en voor een betrekkelijke zelfbeheersching. Ammon vond in den loop van zijn anthropologische onderzoekingen op Badensche lotelingen, dat sexueele omgang op het land zeldzaam was voor de twintig, en dat zelfs sexueele zaaduitstortingen tijdens den slaap zeldzaam waren voor de negentien of twintig. In de dorpen wordt ook gezegd, herhaalt hij, dat niemand het recht heeft meisjes na te loopen die nog geen geweer draagt, en de oudere jongens mishandelen soms brutaal iederen jongeren jongen, die met een meisje gevonden wordt. Ongetwijfeld gaat dit dikwijls vooraf aan veel losbandigheid later.

voorbij, tenzij het individu van zeer erotisch temperament is. Als er bevrediging geweest is, als de geest vervuld is niet alleen met wenschen, maar met vreugdevolle ondervinding, waaraan het lichaam ook gewend is geraakt, dan is de strijd langer en neemt meer pijnlijk de gedachten in beslag. De verlichting echter, als ze komt, is soms meer volkomen en heeft meer kans verbonden te zijn met een toestand van psychische gezondheid. Want de grondondervindingen van het leven brengen onder normale omstandigheden niet alleen intellectueele gezondheid, maar gemoedsvrede. Een overwinning op de sexueele begeerten, die niet te eeniger tijd een bevrediging van deze begeerten genoten heeft, veroorzaakt zelden resultaten, die zich aanbevelen als rijk en mooi.

In deze worstelingen zijn er echter geen blijvende overwinningen. In het geval van een groot aantal personen kan, hoewel er emotioneele veranderingen kunnen zijn, die afhangen van een menigte omstandigheden, nauwelijks gezegd worden, dat er een overwinning is. Of zij geven altijd toe aan de impulsen, die op hen aanstormen, of zij verzetten zich altijd tegen die impulsen, in het eerste geval met berouw, in het tweede met ontevredenheid. In beide gevallen wordt veel van hun leven, op den tijd dat het leven op zijn krachtigst is, verspild. Bij vrouwen, als zij toevallig sterke hartstochten hebben en roekelooze impulsen tot overgave, kunnen de resultaten zeer ontzenuwend zijn, zoo niet verwoestend voor het algemeene psychische leven. Het is inderdaad aan deze oorzaak, dat sommigen de veel voorkomende middelmatigheid van het werk van vrouwen op artistiek en intellectueel gebied meenen te moeten toeschrijven. Vrouwen van intellectueele kracht zijn dikwijls, zoo al niet gewoonlijk, vrouwen van sterke hartstochten, en als zij weerstand bieden aan de neiging om op te gaan in de plichten van het moederschap, dan worden haar levens dikwijls verspild in gevoels-conflicten en haar zieleleven verarmt [1]).

De mate, waarop sexueele abstinentie en de worstelingen, die ze in zich sluit, het individu het geheele leven door kan tegenhouden en in beslag nemen wordt goed duidelijk gemaakt in het volgende geval. Een dame, krachtig, stevig, en over het algemeen gezond, van groote intelligentie en hoog karakter, heeft den middelbaren leeftijd bereikt zonder te trouwen of ooit sexueele verhoudingen te hebben. Zij was een eenig kind, en toen ze tusschen den leeftijd van drie en vier Jaar oud was, lichtte een vriendinnetje, die een jaar of zes

---

[1]) Het overwicht in aantal, dat ongetrouwde onderwijzeressen nu in het Amerikaansche schoolsysteem verkregen hebben, heeft bij vele goede opmerkers ernstige bezorgdheid gewekt, en men zegt, dat het bij jongens en meisjes onbevredigende onderwijsresultaten oplevert. Een bekend autoriteit, Professor McKeen Cattell („The School and the Family", *Popular Science Monthly*, Jan. 1909) gaat, waar hij verwijst naar dit overheerschen van „oude juffrouwen zonder levenskracht of geslacht" zoover van te zeggen, dat „het eindresultaat van dit feit, dat men de ongetrouwde vrouw de gewone onderwijzeres laat zijn, geweest is, dat het een kwestie geworden is of het niet een voordeel zou zijn voor het land, als de geheele schoolplant uitgeroeid kon worden".

ouder was, haar in over de gewoonte van met haar sexueele deelen te spelen. Zij was op dezen leeftijd echter geheel zonder sexueele gevoelens, en ze geraakte op natuurlijke wijze van de gewoonte af, zonder eenige kwade gevolgen, toen zij de buurt en de nabijheid van dit meisje verliet, ongeveer een jaar later. Haar gezondheid was goed en zelfs schitterend, en zij ontwikkelde zich krachtig tijdens de puberteit. Op den leeftijd van zestien echter was een geestelijke schok de oorzaak, dat het quantum der menstruatie eenige jaren lang verminderde en tegelijk met deze vermindering trad vanzelf spontaan sexueele opwinding voor het eerst op. Zij beschouwde zulke gevoelens als abnormaal en ongezond, en spande al haar krachten van zelfbeheersching in om ze te weerstaan. Maar kracht van wil had geen macht om de gevoelens te verminderen. Er was voortdurende en gebiedende opwinding, met het gevoel van trilling, spanning, druk, uitzetting en kieteling, misschien vergezeld van eenige congestie in de ovariën, want zij voelde, dat er aan de linkerzijde een netwerk van sexueele zenuwen was, en eenige jaren later werd retroversie van den uterus ontdekt. Zij leidde een werkzaam leven met vele plichten, maar ze kon geen bezigheid verrichten zonder dezen ondergrond van sexueele overgevoeligheid, die voortdurende zelfbeheersching eischte. Dit ging min of meer acuut zoo door vele jaren lang, toen de menstruatie plotseling geheel ophield, lang vóór den gewonen leeftijd van het climacterium. Op denzelfden tijd hield de sexueele opwinding op en werd zij kalm, vredig en gelukkig. Verminderde menstruatie ging samen met sexueele opwinding, maar overvloedige menstruatie en de algeheele afwezigheid ervan gingen beide vergezeld van verlichting van de opwinding. Dit duurde twee jaar. Toen werd zij, voor een lichte anæmie, onderworpen aan een lange en in haar geval onoordeelkundige behandeling met onderhuidsche inspuitingen van strychnine. Van dien tijd af, vijf jaar geleden, tot nu toe, is er voortdurende sexueele opwinding geweest en moet zij altijd op haar hoede zijn, dat ze niet door een sexueelen aanval overweldigd wordt. Haar ellende wordt verergerd doordat haar tradities het haar onmogelijk maken (behalve onder zeer buitengewone omstandigheden) op de oorzaak van haar lijden te zinspelen. „Een vrouw is al van tevoren in het nadeel", schrijft zij. „Zij mag nooit tot iemand over zulk een onderwerp spreken. Zij moet haar tragedie alleen doorleven, glimlachend zooveel zij kan onder den druk van haar verschrikkelijken last". Haar lijden nog vermeerderend, heeft zij zich twee jaren geleden gedrongen gevoeld haar toevlucht te nemen tot masturbatie, en dat heeft ze sedert omstreeks eens in de maand gedaan; dit brengt niet alleen geen werkelijke verlichting, het laat prikkelbaarheid na, slapeloosheid en donkere kringen onder de oogen, en is ook een reden tot berouw voor haar, want zij beschouwt masturbatie als volkomen abnormaal en onnatuurlijk. Zij heeft getracht zich verlichting te verschaffen, niet alleen door de gewone methoden van physieke hygiëne, maar door suggestie, Christian Science, enz., maar alles tevergeefs. „Ik mag zeggen", schrijft zij, „dat het de meest hartstochtelijke wensch van mijn hart is van dezen keten los te komen, opdat ik de verschrikkelijke jarenlange weerstandsspanning kan laten verslappen, en op mijne wijze gelukkig zijn. Als ik deze ellende eens in de maand had, eens in de week, zelfs tweemaal in de week, dan zou het kinderspel zijn ze te boven te komen. Ik zou mijn toevlucht niet willen nemen tot onnatuurlijke middelen, in hoe geringe mate ook. Maar ook zelfbeheersching kan men niet steeds ongestraft in praktijk brengen, en ik heb soms een gevoel, of het niet langer uit te houden is".

Terwijl het dus een enorm groot voordeel is in de physieke en psychische ontwikkeling, als de uitbarsting van hinderlijke sexueele emoties vertraagd wordt tot de puberteit of den jongelingsleeftijd, en terwijl het een zeer groot voordeel is, nadat die uitbarsting heeft plaats gehad, in staat te zijn de heerschappij over

deze emotie te verkrijgen, zou het toch een waardelooze, ja een gevaarlijke overwinning zijn, die geen bevrediging met zich bracht, om de sexueele natuur geheel te vernietigen. „Als ik maar drie weken geluk gehad had", zeide een vrouw, „dan zou ik niet met het lot twisten, maar het geheele leven zoo volkomen ledig te doorleven, dat is verschrikkelijk. Als zulke ledige zelfbeperking uit beleefdheid een deugd genoemd kan worden, dan is het maar een negatieve deugd. De personen, die haar bereiken, als het resultaat van aangeboren zwakke sexueele ontwikkeling, hebben (zooals Gyurkovechly, Fürbringer en Löwenfeld allen gelijkelijk opgemerkt hebben een deugd gemaakt van hun zwakheid. Vele anderen, wier instincten minder zwak waren, hebben, als zij de sexueele begeerten in hun eerste jeugd met minachting verjoegen, bevonden, dat in het latere leven die vijand met tienvoudige kracht en misschien in onnatuurlijke vormen terugkeert [1]).

De opvatting van „sexueele abstinentie" is, zooals we zien, een volkomen valsche en kunstmatige opvatting. Ze is niet alleen slecht aangepast aan de hygiënische zijde van de zaak, maar ze roept ook geen echt moreele motieven op, want ze is uitsluitend egoïstisch. Ze wordt eerst echt moreel en waarlijk inspireerend, als we ze veranderen in de altruïstische deugd van zelfopoffering. Als we dat gedaan hebben, zien we, dat het element van abstinentie er in ophoudt tot het wezen ervan te behooren. „Van Zelfopoffering", schrijft de auteur van een boek, handelende over het sexueele leven, „wordt erkend dat het de basis is van deugd; de edelste voorbeelden van zelfopoffering worden ingegeven door sexueele liefde. Sympathie is het geheim van altruïsme; nergens is sympathie meer werkelijk en volkomen dan in de liefde. Moed, zoowel moreel als physiek, waarheidsliefde en eergevoel, ondernemingsgeest en de bewondering voor moreele waardigheid, worden ingegeven door liefde, meer dan door iets anders in de menschelijke natuur. Het celibaat ontzegt zich die inspiratie, of beperkt den invloed ervan, naar de mate van

---

[1]) Corre (*Les Criminels*, p. 351) zegt, dat van de dertien priesters, veroordeeld wegens misdaad, er zes schuldig waren aan sexueele pogingen op kinderen, en van de drie en tachtig veroordeelde onderwijzers acht en veertig soortgelijke misdrijven hadden begaan. Dit was op een tijd, toen onderwijzers praktisch bijna gedwongen waren een ongehuwd leven te leiden; veranderde omstandigheden hebben voor een groot deel deze soort van misdrijf onder hen verminderd. Zonder dat het tot misdaad komt, ondervinden vele moreele en godsdienstige mannen, geestelijken en anderen, die een ernstig abstinent leven geleid hebben in hun jeugd, soms op middelbaren leeftijd of later de uitbarsting van bijna niet te beheerschen sexueele impulsen, normaal of abnormaal. Bij vrouwen nemen zulke uitingen dikwijls den vorm aan van als een obsessie vervolgende gedachten, zooals b.v. in het geval (*Comptes-Rendus Congrès International de Médecine*, Moscou, 1897, deel IV, p. 27) van een kuische vrouw, die den drang in zich voelde om te kijken naar de geslachtsdeelen van mannen.

zijn ontzegging van sexueele intimiteit. Zoo beteekent het opzettelijk aannemen van een voortdurend ongehuwd leven het beperken van de emotioneele en moreele ondervindingen in een mate, die, van het ruime wetenschappelijke standpunt uit, niet gerechtvaardigd wordt door een van de voordeelen, die volgens vrome gedachten er uit voort komen" [1]).

In een gezonde, natuurlijke orde zijn al de impulsen geconcentreerd in de vervulling van behoeften, niet in het zich ontzeggen ervan. Bovendien is het in deze speciale kwestie van sekse onvermijdelijk, dat de behoeften van anderen, en niet alleen de behoeften van het individu zelf, iemands gedrag zullen bepalen. Het zijn meer bepaald de behoeften van de vrouw, die den bepalenden factor vormen; want deze behoeften zijn veel meer verscheiden, samengesteld en bedriegelijk, en in het letten op de bevrediging ervan vindt de man een bron van eindelooze erotische satisfactie. Men zou kunnen denken, dat het invoeren van een altruïstisch motief hier enkel de eisch is van theoretische moraal, die er op staat, dat er een stevige rem zal zijn op het dierlijk instinct. Maar, zooals we den geheelen loop van dit boek door telkens weer zullen zien, is het zoo niet. Het dierlijk instinct zelf stelt dezen eisch. Het is een biologische wet, die door de geheele zoölogische wereld heerscht en op welke het algemeen voorkomen van het hof maken berust. Bij den mensch alleen is ze gewijzigd, omdat bij den mensch de sexueele behoeften niet zoo volkomen geconcentreerd zijn op reproductie, maar min of meer het geheele leven doordringen.

Terwijl van het standpunt van de maatschappij, evenals van dat der natuur, het doel en oogmerk van de sexueele impuls de voortplanting is, en niets dan de voortplanting, is dat in het geheel niet waar voor het individu, waarvan het hoofddoel moet zijn zich harmonisch uit te leven met die gepaste consideratie voor anderen, die de levenskunst eischt. Zelfs als sexueele verhoudingen niet het minste verband hadden met de voortplanting — zooals sommige stammen in Midden-Australië meenen — dan zouden ze toch nog te rechtvaardigen zijn, en werkelijk een onmisbaar hulpmiddel vormen voor de beste ontwikkeling van het individu, want alleen in een zoo intieme verhouding als die der seksen hebben de mooiste gaven en neigingen volle vrijheid. Zelfs de heiligen kunnen de sexueele zijde van het leven niet ontgaan. De beste en meest volkomen heiligen, van Jeronimus tot Tolstoi — zelfs de verdienstelijke Franciscus van Assisi — hadden in hun verleden al de ondervindingen opgezameld, die samenwerken tot de volkomen verwerkelijking van het leven, en als dat niet zoo ware, zouden ze te minder heiligen geweest zijn.

Het element van positieve deugd begint dus eerst daar, waar

[1]) J. A. Godfrey, *The Science of Sex*, p. 138.

het beheerschen van de sexueele impuls het standpunt van strenge en steriele abstinentie te boven is gekomen en geworden is niet alleen een opzettelijk weigeren van wat er slecht is in het sexueele, maar een opzettelijk aannemen van wat er goed in is. Eerst op dat oogenblik wordt zulk een beheerschen een werkelijk deel van de groote levenskunst. Want de levenskunst, evenals alle andere kunsten, is niet vereenigbaar met strengheid, maar ze ligt in het weven van een voortdurende harmonie tusschen weigeren en aannemen, tusschen geven en nemen [1]).

De toekomst behoort klaarblijkelijk aan hen, die langzaam aan bezig zijn gezondere tradities te maken voor den bouw van het leven. Het „probleem van sexueele abstinentie" zal meer en meer aan waarde verliezen. Dan blijven de groote werkelijkheid der liefde, de groote werkelijkheid der kuischheid. Zij zijn eeuwig. Tusschen die twee is er niets dan harmonie. De ontwikkeling van de eene sluit de ontwikkeling van de andere in zich.

We hebben dit probleem van „sexueele abstinentie" ernstig moeten behandelen, omdat we de tradities van tweeduizend jaar achter ons hebben, die gegrond zijn op bepaalde idealen van sexueele wet en sexueele vrijheid, te zamen met de langdurige poging om gewoonten te vormen, die min of meer op die idealen berusten. Wij kunnen niet onmiddellijk aan deze tradities ontkomen, zelfs als wij zelf de geldigheid ervan in twijfel trekken. Wij moeten niet alleen hun bestaan erkennen, maar we moeten ook het feit aannemen, dat zij nog eenigen tijd in een groote mate de gedachten en zelfs tot op zekere hoogte de daden van bestaande gemeenschappen moeten beheerschen.

Dat is zeker jammer. Het brengt mee het invoeren van een kunstmatigheid in een werkelijk natuurlijke orde. Liefde is werkelijk en positief; kuischheid is werkelijk en positief. Maar sexueele abstinentie is onwerkelijk en negatief, streng genomen misschien onmogelijk. De gevoelens van hen, die op het belang ervan den nadruk leggen, berusten hierop, dat een physiologisch proces goed of kwaad kan zijn al naar dat het uitgevoerd wordt onder bepaalde uiterlijke voorwaarden, die het geoorloofd maken of ongeoorloofd. Een daad van sexueelen omgang onder den naam van „huwelijk" is weldadig; precies dezelfde daad, onder den naam van „gebrek aan zelfbeheersching" is verderfelijk. Geen physiologisch proces, en nog minder eenig geestelijk proces, kan zulk een beperking verdragen. Men zou even goed kunnen zeggen dat een maal goed of slecht wordt, verteerbaar of onverteerbaar, afhankelijk van het feit of al dan niet een gebed uitgesproken is voor dat het gebruikt wordt.

Het is daarom te betreuren, omdat zulk een opvatting in zijn

---

1) Zie bv. Havelock Ellis, „St. Francis and Others", *Affirmations.*

wezen onwerkelijk is en er op deze wijze een element van onwerkelijkheid ingevoerd wordt in een zaak van het grootste belang voor het individu en de maatschappij beide. Kunstmatige geschillen zijn opgeworpen, waar geen reden voor geschil behoeft te bestaan. Er is een strijd gevoerd, gekenmerkt door al de verwoedheid, die twisten kenmerkt over metaphysische en pseudo-metaphysische verschillen, die geen concrete basis hebben in de werkelijke wereld. Zooals in zulke gevallen gebeurt, was er ten slotte geen werkelijk verschil tusschen de twistenden, omdat het punt, waarover zij het oneens waren, onwerkelijk was. In waarheid had iedere zijde gelijk en had iedere zijde ongelijk.

We zien, dat het noodig is dat de balans in evenwicht gehouden wordt. Een absolute vrijheid is slecht; een absolute abstinentie — zelfs al worden sommigen door hun natuur of door de omstandigheden er krachtig toe gedrongen ze aan te nemen — is ook slecht. Zij zijn beide even ver verwijderd van het goedige evenwicht der natuur. En we zien, dat de kracht, die op natuurlijke wijze deze balans in evenwicht houdt, het biologische feit is, dat de daad der sexueele vereeniging de bevrediging is van de erotische behoeften, niet van éen persoon, maar van twee.

(Zie vervolg omzijde).

